

Pražská vysoká škola psychosociálních studií

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2024

MATĚJ HAJSKÝ

Pražská vysoká škola psychosociálních studií



**Souvislost stresu a subjektivně vnímané náročnosti
práce u vysokoškolských pedagogů v době pandemie
covidu-19.**

Matěj Hajský

Bakalářská práce

Studijní program: Psychologie, prezenční forma studia

vedoucí práce: PhDr. Hana Georgi, Ph.D.

Praha 2024

Prague College of Psychosocial Studies



**The relationship between stress and subjectively
perceived job demands in university teachers during
the covid-19 pandemic.**

Matěj Hajský

The Bachelor Thesis

The Bachelor Thesis Work Supervisor: PhDr. Hana Georgi, Ph.D.

Praha 2024

Poděkování:

Děkuji paní PhDr. Haně Georgi, Ph.D. za odborné vedení mé bakalářské práce. Mé poděkování patří též Ing. Mgr. Pavle Vozárové, Ph.D., M.A. a Mgr. Michaele Prokeš (Kudrnáčové), MSc. za spolupráci při získávání údajů pro výzkumnou část práce.

Čestné prohlášení:

1. Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracoval samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.
4. Prohlašuji, že tato bakalářská práce vychází z dat konsorcia zástupců několika vysokých škol a výzkumných pracovišť vedeného Fakultou sociálních věd Univerzity Karlovy a Sociologického ústavu AV ČR v roce 2021 v rámci projektu University Students during COVID-19 Pandemic (vysokoškolští studenti během pandemie; UNICOVID) pod záštitou České konference rektorů a Rady vysokých škol.
DOI:10.14473/CSDA/NCKCXO.

V Praze dne

Podpis

Abstrakt:

Tato bakalářská práce se zabývá souvislostí stresu a subjektivně pocíťované náročnosti práce. Teoretická část se soustředí na základní popis situace, ve které se nacházel výzkumný vzorek, během realizace výzkumu. Následně se zabývá popisem psychologických oblastí, které se objevují v praktické části práce, jako jsou stres nebo úzkost. Součástí teoretické části jsou také kapitoly, týkající se modifikujících faktorů nebo kontextu, a to například pohlaví, národnosti, nebo technologického rámce dnešního světa. Empirická část výzkumně a statisticky řeší, zda existuje souvislost mezi zmiňovanými oblastmi na vzorku dvaceti tří českých vysokých školách v době pandemie virového onemocnění COVID-19. Výsledky naznačují, že existuje statisticky signifikantní souvislost mezi mírou stresu a subjektivně prožívanou mírou časové náročnosti práce. Statistická analýza ukazuje vysokou míru korelace. Taktéž byla zjištěna souvislost mezi zmiňovanými modifikujícími faktory a mírou subjektivně prožívaného stresu. Konkrétně, že muži, prožívají vyšší míru stresu než ženy, starší pedagogové vnímají vyšší míru stresu než mladší, a že délka praxe pedagogovi na stresu neubírá, ale s narůstajícími roky působnosti v oboru míra prožívaného stresu roste.

Klíčová slova: COVID-19 – stres – pracovní zátěž - vysokoškolští pedagogové - pracovní stres

Abstract:

This bachelor thesis explores the relationship between stress and the subjective perception of job difficulty. The theoretical section focuses on a basic description of the situation in which the research sample was during the study. It then addresses the psychological areas that appear in the practical part of the thesis, such as stress and anxiety. The theoretical section also includes chapters focused on modifying factors or contexts, such as gender, nationality, or the technological context of today's world. The empirical part investigates whether there is a correlation between the mentioned areas in the sample of twenty-three Czech universities during the COVID-19 pandemic. The results suggest that there is a statistically significant relationship between the level of stress and the subjectively experienced level of time-related job demands. Statistical analysis shows high degree of correlation. It was also found that the mentioned modifying factors are related to the level of subjectively experienced stress. Specifically, both male experience higher level of stress than females, older teachers perceive a higher level of stress than younger ones, and the length of an teacher's practice does not decrease stress; rather, stress levels increase with more years of experience.

Key words: COVID-19 – stress - work related demands - university teachers – work related stress

Obsah

Úvod	10
1 Kontext pandemie COVID-19.....	12
1.1 Pandemie COVID-19 v České republice	13
1.2 Pandemie a české vzdělávání	14
2 Psychické zdraví u pedagogů během pandemie covidu-19	16
2.1 Úzkost.....	17
2.2 Deprese	18
2.3 Stres	18
2.4 Pracovní stres.....	21
2.4.1 Moderní IT technologie jako zdroj pracovního stresu	22
2.4.2 Pracovní stres ve vztahu k pohlaví	23
2.4.3 Pracovní stres ve vztahu k věku.....	25
2.4.4 Pracovní stres ve vztahu k délce praxe	26
2.4.5 Pohlaví, věková kategorie a délka praxe ve vztahu k typu vysoké školy	27
3 Náročnost práce.....	28
3.1 Fyzická náročnost práce.....	28
3.2 Psychická náročnost práce	29
4 Cíl výzkumu.....	32
4.1 Stanovení hypotéz a výzkumných otázek	33
4.2 Měřicí techniky a metody sběru dat	33
4.3 Sběr dat	34
4.6. Analýza dat	35
5 Výsledky	36
5.1 Deskriptivní popis dat.....	36
5.2 Souvislost mezi vnímaným stresem a časovou náročností práce	37
5.2.1 Analýza korelace zkoumaných skupiny stresového skóre	38
5.2.2 Ověření zkoumaných oblastí metodu vlastních komponent	39
5.3 Souvislost mezi stresem a pohlavím	40
5.4 Souvislost mezi stresem a věkovou kategorií	43
5.5 Souvislost mezi stresem a délkou praxe	45
5.6 Souvislost mezi stresem typem vysoké školy	48
6 Diskuze	49
Závěr	53
Reference	54
Přílohy	60

Seznam grafů

Graf č. 1	38
Graf č. 2	42
Graf č. 3	42
Graf č. 4	45
Graf č. 5	45
Graf č. 6	47
Graf č. 7	47

Seznam tabulek

Tabulka č. 1	37
Tabulka č. 2	37
Tabulka č. 3	38
Tabulka č. 4	39
Tabulka č. 5	40
Tabulka č. 6	40
Tabulka č. 7	41
Tabulka č. 8	41
Tabulka č. 9	43
Tabulka č. 10	44
Tabulka č. 11	46
Tabulka č. 12	46
Tabulka č. 13	48
Tabulka č. 14	48

Úvod

Akademická práce bude zkoumat souvislost stresu a subjektivně vnímané časové náročnosti práce u vysokoškolských pedagogů v době pandemie COVID-19 v České republice. Práce se zaměří na významné změny, které pandemie přinesla do akademického prostředí, a to nejen z hlediska metod výuky, práce pedagoga, ale primárně vlivu těchto změn na duševní zdraví a pohodu pedagogů. Přejít na distanční výuku, zvýšená pracovní zátěž a adaptace na nové technologie představují klíčové faktory, jež mohou vyvolat stres a významně ovlivnit celkovou kvalitu života pedagogických pracovníků. Proto jsou v této akademické práci postupně rozebrány kapitoly představující stav, ve kterém se výzkumný soubor nacházel v době realizace výzkumu, následně jsou rozpracovány a popsány psychologické oblasti, kterým se výzkum této akademické práce věnuje a závěrem jsou rozebrány jednotlivé modifikující faktory ve vztahu ke stresu a časové náročnosti práce, což jsou ústřední témata této bakalářské práce.

Pro praktickou část této akademické práce byla využita kvantitativní metoda, včetně statistických metod, které umožnily detailně data prozkoumat. Hlavním cílem této práce bude analyzovat souvislost mezi vnímaným stresem, časovou náročností práce a modifikujícími faktory jako pohlaví, věková kategorie, délka praxe. Analýza dat, shromážděných pomocí standardizovaného dotazníku, se zaměří na zkoumání právě tohoto zmiňovaného ústředního tématu.

TEORETICKÁ ČÁST

1 KONTEXT PANDEMIE COVID-19

Pandemie COVID-19 byla způsobena koronavirem SARS-CoV-2, který zapříčinil vznik jedné z největších globálních zdravotních krizí v moderní historii. Tato nová forma koronaviru se poprvé objevila v prosinci 2019 ve městě Wuhan v Číně a rychle se rozšířila po celém světě. Světová zdravotnická organizace (WHO) ji 11. března 2020 oficiálně označila za pandemii (Leka et al., 2003), což znamená, že onemocnění postihuje značný počet lidí ve více zemích a kontinentech (*COVID-19: základní informace*, 2024; Komenda et al., 2024).

Takovou nestandardní situaci ale lidstvo již zažilo, když se objevila španělská chřipka v roce 1918. Ta zasáhla primárně Evropu, konkrétně Španělsko, Francii, Velkou Británii a Itálii, během první světové války a stála život více jak 50 milionů lidí (Martini et al., 2019). Jednalo se o historicky již několikátou celosvětovou pandemii (Huremović, 2019), která, kromě mnoha ztrát na lidských životech, přinesla také poznatky, ze kterých lidstvo čerpalo také v boji s pandemií COVID-19. Jedním z takových poznatků je fakt, že pandemie představovala doposud nezažitý typ zátěže, jak fyzické, tak mentální a byla zdrojem vysoké míry distresu (viz 2.4, Stres) pro tehdejší populaci, stejně tak, jako byla pandemie COVID-19 pro společnost mezi lety 2020 a 2022. Celosvětová pandemie a protiepidemiologická opatření s ní spojená, měla dopad na celkové duševní zdraví a psychickou pohodu obyvatelstva, píší Flesia et al. (2023).

SARS-CoV-2 patří do rodiny koronavirů, které způsobují onemocnění jak u zvířat, tak u lidí. Virus se šířil zejména kapénkovou infekcí, kdy se drobné kapénky, obsahující virus, uvolňují při kašli, kýchání, mluvení nebo dýchání infikované osoby a jsou následně inhalovány jinými lidmi (*COVID-19: základní informace*, 2024).

Příznaky COVID-19 se různily dle každého případu, od mírných po závažné až smrtelné. Mezi nejčastější příznaky patřila horečka, suchý kašel, únava, bolest svalů, ztráta čichu a chuti, bolest hlavy a dušnost. U některých pacientů nastávaly vážné komplikace, jako byl zápal plic, který vyžadoval hospitalizaci a následnou intenzivní péči. Riziko vážných komplikací bylo výrazně vyšší u starších osob a u jedinců s předchozími zdravotními problémy, jako jsou srdeční choroby, diabetes nebo oslabený imunitní systém (*COVID-19: základní informace*, 2024).

Pro potvrzení diagnózy COVID-19 se používaly testy na detekci přítomnosti viru v těle, jako jsou PCR testy (Polymerase Chain Reaction) nebo antigenní testy. K potírání šíření infekce byla zavedena opatření, jako například nošení ochranných respirátorů nebo roušek, dodržování fyzického odstupu, hygienická opatření, omezení cestování a karanténní opatření (*COVID-19: základní informace*, 2024).

Vědci a lékaři po celém světě intenzivně pracovali na vývoji vakcín a léčiv, které by mohly zabránit nákaze (nzip.cz, 2022). Přesto bylo k datu 03.10.2023 evidováno 676 609 955 případů nákazy koronavirem SARS-CoV-2 (*COVID - 19 Dashboard*, 2023).

1.1 PANDEMIE COVID-19 V ČESKÉ REPUBLICCE

Pandemie COVID-19 v České republice začala v březnu 2020, kdy byly potvrzeny první případy nákazy koronavirem SARS-CoV-2. Vláda České republiky a zdravotnické orgány rychle přijaly opatření s cílem omezit šíření viru a ochránit veřejné zdraví (*COVID-19: základní informace*, 2024; Komenda et al., 2024).

V prvních měsících pandemie byla v České republice zavedena prvotní protiepidemiologická opatření, jako například nošení ochranných roušek ve veřejných prostorách, zavření škol a uzavření hranic. Konkrétně se jednalo o vlnu protiepidemiologických opatření, která platila přibližně od dubna 2020 do dubna 2021. Dne 13. března 2020 byly uzavřeny hranice republiky a poté i hranice jednotlivých okresů. Dne 11. dubna 2020 došlo k celostátnímu uzavření veškerých základních, středních, středních odborných učilišť i vysokých škol. Vláda následně zavedla systém „semaforu“, který určoval úroveň rizika ve jednotlivých regionech. Podle toho se přizpůsobovala platná opatření pro každý region v České republice (*COVID-19: základní informace*, 2024; Komenda et al., 2024).

Během první vlny pandemie a první vlny epidemiologických opatření (leden–květen roku 2020) se počet nakažených postupně zvyšoval, a proto byla zavedena přísnější opatření, nově zahrnujících omezení volného pohybu, uzavření nezbytných provozoven a obchodů, a nakonec i zákazu veřejných akcí nebo vycházení z domu v nočních hodinách. Bylo také omezeno cestování a zavedena karanténní opatření pro příchozí ze zahraničí (*COVID-19: základní informace*, 2024; Komenda et al., 2024).

V létě 2020 se situace zdála být pod kontrolou a opatření byla postupně rozvolňována. Avšak s příchodem podzimu roku 2020 se začal počet nakažených opět zvyšovat a druhá vlna pandemie zasáhla celou zemi. Ta trvala přibližně od listopadu roku 2020 do května roku 2021. Opět byla zavedena přísnější opatření, včetně opětovného uzavření škol, omezení provozu restaurací a obchodů, a výzvy k omezení kontaktů (*COVID-19: základní informace*, 2024; Komenda et al., 2024).

V průběhu celé pandemie bylo v České republice prováděno masové testování na COVID-19 a vyhledávání rizikových kontaktů, ty mapovaly krajské hygienické státnice, kterým časem začala pomáhat mobilní aplikace Tečka. Vláda mimo jiné podporovala vývoj vakcín proti COVID-19 a jejich distribuci. Vakcíny nejčastěji pocházely ze zahraničí od firem Pfizer, Johnson & Johnson, Novavax, AstraZeneca, Moderna nebo kontroverzního Gamalejova institutu. V prosinci 2020 byla zahájena očkovací kampaň, která postupně zahrnovala skupiny obyvatel dle zdravotní prioritizace (*COVID-19: základní informace*, 2024; Komenda et al., 2024).

1.2 PANDEMIE A ČESKÉ VZDĚLÁVÁNÍ

Pandemie měla zásadní vliv na český vzdělávací systém a na pedagogy v České republice. Jeden z hlavních dopadů pandemie na vyučující byl přechod na distanční výuku, trvající od 11. března roku 2020 do května 2021. Distanční výuka trvala přibližně rok s drobnými pokusy o návrat do normálního režimu mezi první a druhou vlnou koronavirové pandemie, tedy během léta roku 2020. Tyto pokusy představovaly tzv. „rotační výuku“, nebo návrat pouze vybraných ročníků škol k prezenční výuce. V reakci na omezení fyzického kontaktu byly školy nuceny přeorganizovat výuku a přenést ji na online platformy. Učitelé si museli rychle zvyknout na nový způsob výuky a seznámit se s novými technologiemi a softwary, se kterými, mnozí z nich, nikdy předtím nepracovali (Podolská, 2021).

Vyučující museli přizpůsobit své výukové materiály a způsob výuky pro online prostředí. Nejen, že náhle neměli možnost přímého kontaktu se žáky, nemohli kontrolovat, zda nepodvádí u testů, ale nutně museli najít způsob, jak se s nimi vůbec spojit. Vyučující se museli naučit pracovat s videokonferenčními nástroji, jako byl Google Meet, Zoom nebo Microsoft Teams, nahrávat přednášky, spravovat online vzdělávací platformy, jakou byla třeba Google Classroom, skrze které mohli zadávat úkoly online (Podolská, 2021).

Vyučující se museli přizpůsobit novému způsobu komunikace se studenty. Ta probíhala prostřednictvím e-mailu, virtuálních setkání nebo prostřednictvím sekce komentářů vzdělávacích platforem. Objevily se dokonce první chatovací skupiny, pro rychlejší a flexibilnější komunikaci na sociálních sítích, do kterých byli přidáváni i učitelé, což bylo do té doby nevídané (Podolská, 2021).

Pro vyučující bylo důležité udržet studenty angažované a poskytnout jim podporu při učení na dálku. Vzhledem k distančnímu vzdělávání bylo nutné přizpůsobit hodnocení a zkoušení. Vyučující hledali alternativní způsoby hodnocení, kterými byly například online testy, skrze Google Forms nebo a podobné aplikace, odevzdávání elektronických úkolů do online odevzdáren nebo individuální zkoušení přes videohovory. Časem se stalo, nepsaným a zdvořilostním, pravidlem mít zapnutou kameru během videohovoru, naopak mikrofon bylo lepší si vypnout, ale i přesto čas od času docházelo k humorným či trapným únikům frází a zvuků ze soukromí ať už studentů, nebo učitelů. Vyučující se často snažili poskytovat individuální podporu a konzultace studentům na dálku. Někteří z nich nabízeli virtuální konzultace nebo pouhé online setkání. Pandemie a přechod na distanční výuku nepochybně změnil dosavadní způsoby vzdělávání a jistě znamenaly větší pracovní zátěž pro vyučující, zejména v nutnosti okamžitě, ze dne na den, změnit své pracovní standardy (Podolská, 2021).

2 PSYCHICKÉ ZDRAVÍ U PEDAGOGŮ BĚHEM PANDEMIE COVIDU-19

V průběhu pandemie COVID-19 byla mezi učiteli, dle autorů Silva et al. (2021), v Číně, Brazílii, Spojených státech amerických, Indii a Španělsku zaznamenána vysoká prevalence úzkosti, deprese a stresu, což odráží globální trend zvýšené psychické zátěže pro akademické pracovníky v důsledku koronavirové pandemie. Výzkum „Prevalence of anxiety, depression, and stress among teachers during the COVID-19 pandemic“ ukazuje, že úroveň úzkosti mezi učiteli se pohybovala od 10 % do 49,4 % a deprese od 15,9 % do 28,9 %, přičemž byly značně vyšší v případě učitelů pracujících ve školách. Prevalence stresu se pohybovala od 12,6 % do 50,6 % (Silva et al., 2021).

Byly realizovány i takové studie, které obsahují data před „Covidem“ a během „Covidu“, které přinášejí užitečná komparativní data. Například autoři Tanifuji, T., Mouri, K., Yamamoto, Y., & Aoyama, S. (2023) prozkoumali psychický stres mezi univerzitním personálem před a během pandemie COVID-19, což umožnilo autorům porovnat úroveň psychického stresu v obou obdobích. Zjištění ukázala signifikantní nárůst psychického stresu mezi univerzitním personálem během pandemie, což naznačuje, že krize COVID-19 měla významný dopad na duševní zdraví akademických pracovníků. Mezi několik klíčových stresových faktorů patří náhlý přechod na distanční výuku, nejistota ohledně pracovní bezpečnosti a osobní výzvy pedagogů spojené s prací z domova a změnou výukových způsobů (Tanifuji et al., 2023).

Výzkum Wojtera et al. (2022) byl také založen na sběru dat před a během pandemie, což autorům umožnilo identifikovat změny v úrovních psychického stresu mezi učiteli na polských lékařských fakultách během pandemie COVID-19. Výsledky ukázaly signifikantní nárůst psychického stresu u učitelů na lékařských fakultách během pandemie. Výsledky opětovně potvrzují významný dopad pandemie COVID-19 na duševní pohodu akademického personálu. Faktory přispívající ke zvýšení stresu dle tohoto výzkumu jsou obdobné, jako v případě předcházející studie. Jedná se o obavu z nákazy, zátěž spojenou s přechodem na online výuku a rozsáhlou výzvu v podobě zachování kvality výuky v nově nastolených podmínkách (Wojtera et al., 2022).

Tato studie mimo jiné zdůrazňuje význam institucionální podpory a rozvoje psychologických programů zaměřených na snižování psychického stresu a podporu odolnosti mezi akademickými pracovníky. Navrhuje také, že zvýšená pozornost věnovaná duševnímu zdraví a pohodě učitelů může přispět k udržení kvality vzdělávání a podpoře celkového akademického prostředí během pandemických a jiných krizových období. Výsledky všech studií zdůrazňují významný psychický dopad pandemie COVID-19 na akademickou komunitu a zdůrazňují potřebu pokračující pozornosti a podpory pro zvládání těchto výzev (Wojtera et al., 2022).

2.1 ÚZKOST

Úzkost a strach jsou dva úzce spojené psychické stavy, jejichž rozlišení není vždy přesné. Strach lze charakterizovat jako nepříjemný prožitek, vázaný k určitému objektu či situaci, a vyvolávající u jedince pocit ohrožení. Toto ohrožení může být vnější, jako například nebezpečí z dopravy, nebo vnitřní, jako obava z nedostatečnosti v určitých situacích. Strach se dále dělí na reálný, tedy takový, který je pro ostatní pochopitelný, a nereálný, což znamená strach iracionální a pro druhé nepochopitelný. Úzkost, na druhé straně, je popisována jako nepříjemný stav, při kterém si jedinec není vědom bezprostřední příčiny, objektu či situace, jež tento pocit vyvolávají. Tento stav je obvykle považován za více nepříjemný než strach (Vymětal, 2004).

Úzkost je adaptační biologický výstražný systém, který připravuje organismus, jak tělesně, tak duševně, k reakci v ohrožujících situacích. Díky tomuto mechanismu se lidé vyhýbají rizikovému chování, jako je jízda na červenou nebo užívání drog. Běžná forma úzkosti má preventivní charakter a pomáhá jedinci vyhnout se nezbytnému riziku. Problém nastává, když se úzkost stane reakcí na každou, i banální situaci. Takové prožívání je typické například u úzkostných poruch, zejména u generalizované úzkostné poruchy (GAD). Lidé náchylní k úzkostným reakcím se často obávají ztráty kontroly způsobené strachem a vyhýbají se situacím, které tento pocit vyvolávají, což vede k vytvoření začarovaného, neboli bludného, kruhu. Čím více se jedinci vyhýbají situacím vyvolávajícím úzkost, tím méně si věří v jejich zvládnutí a tím více se od nich distancují (Ocisková & Praško, 2017).

(Praško et al., 2012) píše, že úzkost zahrnuje tři komponenty, které společně působí: 1) tělesné pocity jako třes, ztížené dýchání či nutkání jít na toaletu; 2) chování, například odkládání náročných úkolů nebo zmatkování; 3) myšlenky a přesvědčení, jako jsou obavy ze ztráty finanční jistoty nebo onemocnění rodinného příslušníka. Zároveň Praško et al. (2012) píše, že se tyto komponenty mohou, ale nemusí vyskytovat společně, jelikož se v různých situacích a u různých lidí úzkost projevuje rozdílně. Avšak toto rozdělení a pochopení úzkosti je podle Praška et al. (2012) klíčové pro její správnou identifikaci a léčbu.

2.2 DEPRESE

Poruchy nálady představují spektrum stavů, v rámci kterých může docházet k významným výkyvům v emocionálním prožívání. Tyto stavy se pohybují od hlubokých depresí, kdy jedinec může trpět smutkem a apatií bez zjevné příčiny, až po stavy mánie, charakteristické přehnaným optimismem a energií. Depresivní stavy bývají často spojeny s pocitem bezmoci a nadměrným zaměřením na negativní aspekty života. V některých případech může vést k vážným psychickým i fyzickým komplikacím (Nolen-Hoeksema & Antonínová, 2012).

Deprese je obecně rozpoznávána jako stav, kdy člověk prožívá období (kratší či delší), ve kterém je převážně smutný, otupělý a nedokáže nalézt radost v běžných aktivitách. Její dopady jsou zásadní, mohou vést k výraznému poklesu kvality života a v nejhorších případech i k sebevražedným tendencím. Deprese může mít mnoho podob a je považována za komplexní onemocnění, které je třeba léčit s ohledem na jeho různorodou povahu (Nolen-Hoeksema & Antonínová, 2012).

2.3 STRES

Obecnou definici stresu navrhl Selye (2016), který stres vymezuje jako nespecifickou fyziologickou reakci na jakoukoliv zátěž. Další teorii navrhli Facová & Orel (2009): „*Stres obecně představuje komplexní reakci těla a psychiky na stresory (tj. vnitřní nebo zevní změny, které narušují dosud trvající rovnováhu)*“. Schreiber (1992) popisuje stres jako: „*Stres je jakýkoli vliv životního prostředí (fyzikální, chemický, sociální, politický), který ohrožuje zdraví některých – „citlivých“ jedinců (někoho stresuje již kapající kohoutek vodovodu, jiného nestresuje ani válečná vřava)*“.

Stres, jak jej popisuje Nolen-Hoeksema a Antonínová (2012), je běžně užívaný termín pro označení různých obtíží, které zažíváme při setkání se situacemi potenciálně ohrožujícími naše fyzické či psychické zdraví. Tyto situace nazývanými stresory. Nolen-Hoeksema a Antonínová (2012) také identifikují tři klíčové rysy stresu: nekontrolovatelnost, nepředvídatelnost a schopnost překonávat naše limity a sebepojetí, s důrazem na to, že neschopnost ovlivnit situaci nás vede k vnímání většího stresu. Dle Matouška (2016) lze rozlišovat mezi stresem akutním, chronickým, posttraumatickým a anticipačním, dle různých forem a doby trvání. Akutní stres je krátkodobý a vyvolává intenzivní reakce v důsledku traumatických událostí, jako jsou přírodní katastrofy či vážné nehody, s následky jako šok a dezorientace. Chronický stres je delší a často spojen s pracovním prostředím nebo osobním životem, který může vést k psychickým a fyzickým potížím. Posttraumatický stres nastává po extrémních událostech, zatímco anticipační stres se týká očekávání budoucích událostí, jako jsou operace či důležité životní milníky, způsobující dočasné napětí.

Termín "stres" má svůj původ v anglickém slově "stress", které bylo odvozeno z latinského "stringo, stringere", znamenajícího "utahovati" nebo "stahovati", ve smyslu – jako smyčku kolem krku odsouzeného. Ve své technické definici je stres úzce spojen s konceptem tlaku nebo tísně (Křivohlavý, 1994). Stres je po biologické a fyziologické stránce charakterizován jako nespecifická reakce organismu na různé druhy stresorů, což je jedna z biologicky nejrychlejších odpovědí organismu, jejímž cílem je připravit jedince na akci – buď boj, zamrznutí nebo útěk. Určité míře stresu se nelze vyhnout a je to přirozený aspekt každodenního života, avšak stres nemusí mít vždy negativní konotaci, existují totiž dva typy stresu: eustres a distres (Facová & Orel, 2009).

Eustres je považován za pozitivní a bývá spojený se situacemi, které jsou sice náročné, ale nepředstavují negativní emocionální zážitek, jako je například svatba nebo narození dítěte (Křivohlavý, 2009). Distres je naopak prožíván negativně a stává se škodlivým, pokud stresová situace působí příliš intenzivně a přetrvává příliš dlouho (Selye, 2016). Distres značí subjektivně prožívané ohrožení jedince, které je často spojeno s negativními emocemi a nastává, když se jedinec domnívá, že nemá dostatek zdrojů k zvládnutí stresové situace (Křivohlavý, 2009).

Tímto však dělení stresu nekončí, jelikož se projevuje ve více dimenzích lidského organismu a lze jej dělit i podle místa a výsledku jeho působení. Psychický stres se týká emocionálních a mentálních reakcí na vnější okolnosti. Může zahrnovat úzkost, depresi, podrážděnost, frustraci, nebo pocit přetížení a neschopnosti zvládat situaci. Tento typ stresu je často spojen s pocitem ztráty kontroly nad situací a může být vyvolán různými faktory, včetně pracovních, osobních nebo sociálních problémů (Honzák & Novotná, 2021), kdežto fyzický stres se týká tělesné reakce na náročné podmínky. To může zahrnovat reakce, jako je zvýšený tep srdce, napětí svalů, bolesti hlavy, nebo únava. Může být způsoben nejen emocionálním stresem, ale také fyzickým přetížením, jako je dlouhodobá práce ve špatné ergonomické pozici, nedostatek spánku, nebo nadměrné cvičení (Nolen-Hoeksema & Antonínová, 2012).

Avšak výzkum a vývoj přináší i další dělení stresu na dílčí kategorie podle toho, v jakém kontextu se objevuje. Například pracovní stres je takový, který je spojen s prací či kariérou člověka (Matoušek, 2016). Právě tento typ stresu se objevuje v souvislosti s náhlou změnou pracovních návyků vysokoškolských pedagogů v době koronavirové krize.

2.4 PRACOVNÍ STRES

Tento typ stresu je spojen s náročností nebo problémy v pracovním prostředí. Může být způsoben vysokými požadavky, nejistotou pracovního místa, konflikty s kolegy nebo nadřízenými, nesouladem mezi pracovním a osobním životem, náhlou změnou pracovních návyků nebo pocitem nedocenění. Pracovní stres může vést k únavě, snížení pracovního výkonu, problémům s koncentrací, a dokonce i k vážným psychickým nebo fyzickým zdravotním problémům. Pracovní stres může být živnou půdou pro rozvoj závažnějších psychických onemocnění (Matoušek, 2016).

Pracovní stres negativně ovlivňuje psychické a fyzické zdraví jednotlivců i efektivitu organizace (Leka et al., 2003). Podle článku M. Armstronga (2021) zveřejněného na webových stránkách Světového ekonomického fóra, dosáhl v roce 2020 každodenní stres pracovníků rekordní úroveň. Pracovnímu stresu ale lze předcházet. Existují preventivní strategie, může se ale stát, že i přesto bude zaměstnanec pracovní stres zažívat, a to primárně v nestandardních a krizových situacích, kterou byla právě koronavirová pandemie. (*Stres na pracovišti. Řízení stresu a psychosociálních rizik*, 2019)

Stresové faktory v práci se liší mezi pohlavími. G. Witkinová (2009) uvádí, že ženy často zažívají stres kvůli vysoké zodpovědnosti při nízkých pravomocích, nedostatku času na množství práce, nekompetentnosti nadřízených, rušení během práce a pracovní diskriminaci. Pro muže zmiňuje stresory jako nucený odchod do důchodu, přetížení pracovními úkoly, nepřiměřenou pracovní dobu nebo nedostatek práce vedoucí k nudě.

Akademické obci se věnuje autor Donald Kennedy ze Stanford University. Ve své publikaci *Academic Duty* (Kennedy, 1999) popisuje v širokém kontextu americkou akademickou obec a situaci vysokoškolských vyučujících. „O akademické svobodě toho bylo napsáno mnoho, o akademické odpovědnosti jen málo. Kennedyho popis mnohostranných požadavků kladených na vědce, aby publikovali, dobře učili, byli mentory, sloužili univerzitě, přesahovali zdi akademické půdy a riskovali změny, zachycuje radosti i úskalí, která čekají na ty, kdo vstupují do této profese. Jeho analýza také vyvrací mnohé mýty o tom, co profesori dělají, které podkopávají důvěru veřejnosti v akademický svět“, reaguje James Shapiro, recenzent z newyorského deníku *The New York Times*.

Jeho text značí jistou míru pracovního stresu způsobenou nejen samotnou prací v akademickém prostředí, ale také modeluje jasný vliv externích faktorů na akademický personál, kterými jsou legislativa, očekávaný příspěvek do oblasti vědy a výzkumu nebo nároky společnosti, studentů a jejich rodičů.

Zdálo by se, že již tak byli akademičtí pracovníci pod stálým a dlouhotrvajícím tlakem, který jistě způsobuje jistou míru stresu. Poté ale přišel rok 2020 a s ním i první lockdownu v Itálii, kdy univerzitní učitelé dle autorů Parlangei et al. (2022), čelili zvýšenému stresu, problémům s duševním klidem, což reflektovalo tehdejší celosvětový trend zvýšeného psychického tlaku na akademické pracovníky v důsledku pandemie. Bylo zjištěno, že zvýšený stres a úzkost se vyskytovaly mezi univerzitními studenty a zaměstnanci, kteří se potýkali s náhlými změnami v akademickém prostředí a přechodem na distanční vzdělávání. Současně se změnila struktura jejich spánku, což vedlo k prodloužení doby usínání a času probuzení, což mělo za následek horší kvalitu spánku. Tyto změny byly spojeny s vyššími úrovněmi depresivních a úzkostných symptomů, zejména mezi mladými ženami a mladšími osobami, což naznačuje, že tyto demografické skupiny byly možná zvláště zranitelné vůči psychickým dopadům pandemie a opatřením proti šíření viru (Parlangei et al., 2022).

Z odstavců výše je patrné, že pracovní stres prožívají různé populace nezávisle na kulturním kontextu obdobně, proto by výsledky bádání, v rámci této akademické práce, neměli být příliš odlišné od výsledků, kterých dosahují zahraniční studie s obdobnou výzkumnou tematikou.

2.4.1 MODERNÍ IT TECHNOLOGIE JAKO ZDROJ PRACOVNÍHO STRESU

Tzv. „technostres“ je neméně zajímavou souvislostí mezi stresem a dílčími proměnnými, jako je národnost nebo pohlaví. Jedná se o zvýšenou míru stresu spojenou s nutností využívání technologií, jako jsou telefony, počítače, televize, ale také software, jako jsou konferenční a meetingové aplikace, digitální kalendáře a online edukativní prostředí.

V rámci výzkumu „COVID Academic Pandemic: Techno Stress Faced by Teaching Staff for Online Academic Activities“ byla zkoumána problematika tzv. „technostresu“, kterému čelil vysokoškolský pedagogický personál během pandemie COVID-19 v souvislosti s náhlým přechodem na online akademické aktivity. Získaná data odhalila, že pedagogický personál zažíval zvýšené úrovně stresu spojené s používáním technologií pro online výuku, což bylo způsobeno nejen technickými obtížemi a potřebou osvojit si nové nástroje a platformy, ale také změnami v pedagogických metodách a interakci se studenty. Tento stres, označovaný jako „technostres“, měl potenciální dopad nejen na psychické zdraví učitelů, ale také na kvalitu vzdělávacího procesu (Zheng et al., 2022).

Tématiku „technostres“ doplňuje také studie autorů Navarro-Espinosa et al. (2021), jež zkoumá vliv technologie na duševní pohodu učitelů na univerzitní úrovni. Výzkumníci zjistili, že pandemie COVID-19 a s ní spojený náhlý přechod na online výuku představovaly významné zdroje stresu pro učitele. Tento stres byl částečně způsoben nutností rychle se adaptovat na nové technologie a online výukové platformy, což vyžadovalo od pedagogů nejen technické dovednosti, ale také schopnost udržovat angažovanost a interakci se studenty v digitálním prostředí. Mimo jiné, dílčí výsledky ukázaly, že zatímco někteří učitelé byli schopni efektivně využívat dostupné technologické nástroje a pozitivně vnímali možnosti, které online výuka nabízí, pro jiné představovala tato změna značnou zátěž (Navarro-Espinosa et al., 2021).

Obě studie zdůrazňují potřebu podpory a vzdělávání pedagogického personálu v oblasti technologií výzkumu. Důležitým zjištěním je potřeba institucionální podpory ve formě technické pomoci, školení a vývoje kompetencí, které by umožnily pedagogům efektivněji využívat dostupné technologické nástroje a adaptovat se na nové výukové scénáře.

2.4.2 PRACOVNÍ STRES VE VZTAHU K POHLAVÍ

Existují specifické vlastnosti, které jsou obecně připisovány mužům a ženám, včetně emocionální empatie a pečlivosti u žen, nebo autoritativní chování a odolné vystupování u mužů (Karsten, 2006). Dle Figalové (2019), ženy obecně skórují na škále vnímaného stresu více než muži. Bylo identifikováno devět studií zkoumajících průměrné hodnoty skóre PSS (Perceived Stress Scale) v kontextu pohlaví. Z těchto studií pět zaznamenalo statisticky významné rozdíly ve skóre PSS mezi muži a ženami, přičemž ženy konzistentně dosahovaly vyšších hodnot než muži, píše Figalová (2019) ve své diplomové práci.

Autoři Slišković & Seršić (2011) došli k podobnému závěru. Zkoumali pracovní stres mezi univerzitními učiteli, přičemž byla analyzována diferenciacie založená na pohlaví a pozici. Studie, publikovaná v "Archives of Industrial Hygiene and Toxicology", systematicky zkoumá rozdíly v percepci a projevech pracovního stresu v akademickém kontextu, s důrazem na potenciální variabilitu mezi mužskými a ženskými akademickými pracovníky a mezi různými akademickými pozicemi. Ženy uváděly větší stres než muži. Odborní asistenti, docenti a profesori uváděli větší stres spojený s materiálními a technickými podmínkami práce a organizací práce než asistenti, pro které byly naopak větším stresorem vztahy s kolegy. Řádní profesori uváděli nižší vystavení stresu v práci než docenti a odborní asistenti. Tato zjištění potvrzují obecný předpoklad vyššího prožívání stresu u žen a zároveň naznačují, že vyšší akademické vzdělání přináší nižší míru stresu, než kterou vykazují docenti a odborní asistenti (Slišković & Seršić, 2011).

Výzkumná analýza autorů Tanifuji et al. (2023) provedená v univerzit v Japonsku v letech 2019-2021, před a během pandemie COVID-19, odhalila postupný nárůst psychické tísně mezi pracovníky vysokoškolského sektoru. Účastníky byli učitelé a zaměstnanci nemocnic pracující v institucích souvisejících s univerzitou v Kóbe, kteří v letech 2019 až 2021 vyplnili dotazník Brief Job Stress Questionnaire (BJSQ). Výsledky vykazují mírný vzestup v roce 2020 a markantní zvýšení v následujícím roce, což souvisí s potenciálními negativními dopady protrahované pandemie COVID-19 na duševní pohodu. Bylo zjištěno, že proměnlivost v psychickém zdraví souvisí s časovým faktorem a specifickými demografickými charakteristikami, jako jsou pohlaví, povolání a věk. Nárůst skóre Stress Reaction byl v průběhu tří let významně spojen s ženami a zdravotními sestrami.

Dle Wojtera et al. (2022) byla v průběhu pandemie COVID-19 u žen pozorována střední míra úzkosti, stresu a depresivní symptomatologie, která se po uvolnění restrikcí souvisejících s COVID-19 a postupném návratu do normálního stavu významně snížila. V kontrastu s tím muži prokázali stabilní úroveň hlášené deprese od počátku pandemie, což může korespondovat s obecně nízkým výskytem deprese v této demografické skupině.

Na počátku pandemie uváděly ženy výrazně vyšší míru úzkosti v porovnání s muži, zatímco v post-pandemickém období byly tyto hodnoty nižší. Muži naopak hlásili na počátku pandemie signifikantně nižší úroveň stresu, ale v post-pandemickém období byly hodnoty mírně vyšší. Žádné statisticky významné rozdíly v depresi mezi muži a ženami nebyly zaznamenány ani na počátku pandemie, ani v jejím dalším průběhu. Tato zjištění poukazují na pravděpodobnější ovlivnění žen stresovými faktory, avšak ukazují také na jejich schopnost efektivně se stresu zbavovat, dosahující podobné úrovně jako muži po odstranění stresorů. Mohlo by to také indikovat, že ženy mají tendenci aktivněji a efektivněji řešit psychickou zátěž, možná i skrze vyhledávání pomoci či lepší využívání copingových mechanismů ve srovnání s muži. Analogické nálezy byly pozorovány i ve studii zaměřené na akademické učitele na Filipínách, kde ženy reportovaly vyšší míru stresu během výuky v období pandemie, což naznačuje genderové rozdíly ve vnímání stresu v akademickém prostředí (Wojtera et al., 2022).

2.4.3 PRACOVNÍ STRES VE VZTAHU K VĚKU

Studie autorů Fields et al. (2022) „With age comes well-being: older age associated with lower stress, negative affect, and depression throughout the COVID-19 pandemic“ přináší výsledky týkající se vnímání stresu v souvislosti s věkem. Autoři tvrdí, že vyšší věk byl spojen s nižším stresem a depresivní symptomatologií, přičemž tento efekt byl konzistentní napříč časovými body měřeními od března 2020 do dubna 2021, tedy i v období pandemie COVID-19, ačkoliv se starší dospělí v průběhu pandemie více obávali o své osobní zdraví.

Výše zmiňovaná zjištění jsou však v rozporu s výsledky studie autorů Martin et al. (2001), kteří zkoumali vzájemné vztahy mezi konstrukty sociálních zdrojů, stresu a pohody u dospělých středního a vyššího věku. Konstrukty byly zkoumány na dvou vzorcích 489 dospělých středního věku (41-43 let) a 449 starších dospělých (61-63 let). Autoři zjistili, že míra stresu souvisí s rozdílem ve věku respondentů. Rozdíly se projeví v oblasti zdraví, ve finanční oblasti a v oblasti životního prostředí. Starší skupina vykazovala vyšší míru stresu v oblasti zdraví, naopak ve všech zbylých kategoriích vykazovali vyšší míru stresu mladší lidé.

Autoři Saravanan a Muthu Lakshmi (2017) uvádějí výsledky výzkumu profesního stresu mezi učiteli vyšších středních škol v okrese Nagappattinam podporují zjištění autorů Martin et al. (2001). Jejich data, dle tabulky klasifikace veřejných středoškolských učitelů na základě jejich věku a míry profesního stresu, ukazují lineárně se zvyšující trend proměnných kategorie věku a míry profesního stresu, přičemž nejmenší stresovou úroveň vykazuje věková kategorie do 25 let, a nejvyšší stresovou úroveň věková kategorie 25-35. Následující věkové kategorie jsou nižší pouze o jednu jednotku, což trendovou linii nemění.

2.4.4 PRACOVNÍ STRES VE VZTAHU K DÉLCE PRAXE

Délce odpracovaných let v souvislosti se stresem a únavou se věnovali autoři Yogisutanti et al. (2020). Jejich výzkum dospěl k závěru, že existuje vztah mezi pracovním stresem a subjektivní únavou. Cílem této studie bylo zjistit vztah pracovního stresu, věku a odpracovaných let se subjektivní únavou u zaměstnanců výrobního oddělení ve společnosti PT. Sunrise Bumi Textiles ve městě Bekasi. V této studii byl použit dotazník IFRC (Industrial Fatigue Research Committee) a DASS 21 (Depression Anxiety and Stress Scale). Mezi věkem a subjektivní únavou nebyl zjištěn žádný vztah, stejně jako mezi délkou pracovního vztahu a subjektivní únavou. Naopak jejich studie potvrdila, že existuje významný vztah mezi pracovním stresem a subjektivní únavou (Yogisutanti et al., 2020).

Výsledky předchozího výzkumu podporují zjištění studie Humpel et al. (2001), jejich práce zkoumá vztah mezi emočními kompetencemi a pracovním stresem a souvislost mezi délkou praxe v oboru ošetrovatelství pro duševně nemocné a emočními kompetencemi a stresem. Byl zjištěn významný vztah mezi emoční kompetencí a délkou praxe. Zdravotní sestry s šesti a více lety praxe měly vyšší úroveň emoční kompetence, což může značit také související nižší míru prožívaného stresu. Bylo zjištěno, že sestry s praxí kratší než dva roky, v ošetrovatelské profesi zažívají významně více osobních pochybností než sestry s větší ošetrovatelskou praxí.

Nicméně výše zmiňované studie nezkoumají českou populaci, které se věnuje tato bakalářská práce. Výzkumný vzorek této akademické práce je složený výhradně z české populace vysokoškolských akademických pracovníků, proto se následující odstavce věnují srovnání pracovního stresu v různých kulturních kontextech za účelem zjistit, zda se vnímání stresu v závislosti na odlišnosti kultur různí.

2.4.5 POHLAVÍ, VĚKOVÁ KATEGORIE A DÉLKA PRAXE VE VZTAHU K TYPU VYSOKÉ ŠKOLY

Autoři Saravanan a Muthu Lakshmi (2017) přinášejí svým výzkumem profesního stresu mezi učiteli vyšších stupňů středních škol v okrese Nagappattinam v Indii nová zjištění doplňující všechny předchozí kapitoly, jelikož se věnují jak porovnání pohlaví, věku, délce praxe, tak též například výdělku vyučujících. Co se celkové úrovně prožívaného stresu týče, analýza ukázala, že učitelé na soukromých školách vykazovali nižší úroveň pracovního stresu ve srovnání s jejich kolegy na veřejných školách. Byl zjištěn statisticky významný rozdíl ve skórech úrovně stresu mezi oběma skupinami učitelů.

Dle tabulek klasifikace učitelů veřejných a soukromých vyšších stupňů středních škol na základě jejich pohlaví a míry profesního stresu ukazují, v případě soukromých středních škol, že muži dosahují celkově nižší míry stresu, než které dosahují ženy, naopak v případě veřejných škol je ale trend opačný a v míře profesního stresu vedou muži (Saravanan & Muthu Lakshmi, 2017).

Další data, dle tabulek klasifikace učitelů veřejných a soukromých vyšších středních škol na základě jejich věku a míry profesního stresu, ukazují lineárně se zvyšující trend proměnných kategorie věku a míry profesního stresu, přičemž, pro soukromé školy, nejmenší stresovou úroveň vykazuje věková kategorie do 25 let, a nejvyšší stresovou úroveň věková kategorie 25-35. Pro veřejné školy jsou hodnoty obdobné, tedy nejmenší stresovou úroveň vykazuje věková kategorie do 25 let, a nejvyšší stresovou úroveň věková kategorie 25-35 (Saravanan & Muthu Lakshmi, 2017).

Závěrem, dle tabulek klasifikace učitelů veřejných a soukromých vyšších středních škol na základě jejich délky jejich praxe a míry profesního stresu, ukazují v obou případech lineárně klesající trendovou linii, což lze interpretovat, jako se zvyšujícím se věkem snižující míru prožívaného profesního stresu u učitelů veřejných a soukromých vyšších stupňů středních škol (Saravanan & Muthu Lakshmi, 2017).

3 NÁROČNOST PRÁCE

Následující kapitoly se věnují tématu náročnosti práce, konkrétně fyzické, psychické, ale nechybí ani časová náročnost práce, která je též ústředním tématem této bakalářské práce.

Časová náročnost může být, jak publikuje Harvard T.H. Chan School of Public Health, nejen motivujícím faktorem, ale stresujícím faktorem (*Harvard and MIT Research-for-Action Initiative*, 2021).

Mimo jiné, pro pochopení stresu a faktorů jej způsobující je nutné informace sdílet v celistvém kontextu, proto jsou v následujících kapitolách rozebrány obě složky náročnosti práce.

3.1 FYZICKÁ NÁROČNOST PRÁCE

Informace, týkající se fyzické stránky náročnosti práce, mapuje Národní ústav lidové kultury. Barvík (2021) píše, že výsledky komplexního průzkumu realizovaného Fakultou tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy přináší nová zjištění týkající se práce a její náročnosti. Byla zkoumána fyzická i psychická náročnost deseti specificky vybraných povolání. Vědci se zaměřili na sledování pohybové aktivity, počtu kroků, intenzity pohybu, doby sezení a kalorického výdeje během běžné pracovní směny. Dřevorubci, popeláři a skladníci byli identifikováni jako povolání s extrémní fyzickou náročností, často překračující doporučený průměr 10 tisíc kroků denně.

Tomáš Větrovský, vedoucí průzkumu z Fakulty tělesné výchovy a sportu, v rámci textu (Barvík, 2021), poznamenal, že ačkoliv se o fyzické náročnosti povolání horníka či skláře mluví už od základní školy. Výsledky ukázaly, že vysokou fyzickou zátěž přináší i další, méně diskutovaná povolání. Statická zátěž, zdvihání těžkých břemen a monotónní práce v nezvyklých pozicích byly během průzkumu u sledovaných povolání běžné (Barvík, 2021).

Sedm z deseti sledovaných profesí dosáhlo na 150 minut středně intenzivního pohybu, který je odborníky doporučen týdně, během jediného pracovního dne. Překvapením bylo zjištění, že profesionální sportovci, ačkoliv jsou často spojováni s vysokou fyzickou náročností, mají mezi extrémními výkony dostatek času pro regeneraci, na rozdíl od manuálně pracujících. Právě statické zátěže a dlouhodobé práce s těžkými břemeny mohou mít výraznější dopad na zdraví, což naznačují výsledky měření intenzity pohybu a kalorického výdeje (Barvík, 2021).

Pozornost byla věnována také nutričním potřebám pracovníků v náročných profesích. Václava Kunová ze Společnosti pro výživu poukázala na význam vyvážené stravy pro tělesně náročné profese; jídelníček by měl být bohatý na energii, vitaminy, minerály a vlákninu, s důrazem na dostatečný příjem vápníku (Barvík, 2021).

Průzkum tak podtrhuje význam vhodného pohybového režimu i v průběhu volného času, který by měl být dynamický a doprovázen dostatečným časem na zotavení. Tato doporučení jsou směrodatná pro zachování jak fyzického, tak psychického zdraví a prevenci chronických onemocnění spojených s fyzickou prací, píše Barvík (2021) v článku pro Národní ústav lidové kultury.

Fyzická náročnost práce má vliv na psychickou náročnost práce a naopak. Dlouhodobé fyzické vyčerpání může k vážným psychickým problémům, což potvrzuje zjištění studie autorky Pešavové (2015) která mapovala fyzickou vyčerpání sester na chirurgické klinice.

3.2 PSYCHICKÁ NÁROČNOST PRÁCE

Psychickou náročnost práci zkoumali autoři (Tesi et al., 2019). Cílem jejich studie bylo prozkoumat, jak specifické pracovní nároky a psychická pohoda souvisejí s pracovním nasazením, což bylo zkoumáno na vzorku 140 italských sociálních pracovníků a data byla sbírána pomocí dotazníkového šetření. Vícenásobná regresní analýza ukázala, že psychická pohoda sociálních pracovníků pozitivně souvisí s pracovním nasazením. Když byly pracovní nároky vysoké, snižovala se míra pracovního nasazení souběžně s psychickou pohodou pracovníků. Ukázalo se, že psychická pohoda silně souvisí s nejnižší úrovní pracovního nasazení, což ukazuje, že vysoké pracovní nároky mohou snižovat posilující roli psychické pohody na pracovní nasazení sociálních pracovníků.

Konkrétně časové náročnosti práce se věnuje článek Work Design Principle #2: Tame Excessive Work Demands publikovaný na webu Harvard T.H. Chan School of Public Health (*Harvard and MIT Research-for-Action Initiative*, 2021). Na základě analýzy dostupných informací lze konstatovat, že časová náročnost práce představuje zásadní faktor ovlivňující jak fyzické a mentální zdraví zaměstnanců, tak produktivitu a efektivnost organizací. Prvním identifikovaným trendem je vzrůstající využívání sofistikovaných technologií pro sledování produktivity, které zvyšují tlak na zaměstnance v průmyslových odvětvích a sektoru služeb.

Tyto technologie vedou ke zvýšení pracovního tempa a mohou přispívat k pocitům přetížení a stresu mezi zaměstnanci. Druhým trendem je rozšíření očekávání neustálé dostupnosti způsobené moderními komunikačními technologiemi, což zvláště zatěžuje profesionály v dobře placených pozicích s bílými límečky, kteří často pracují více než 50 hodin týdně. Dále výzkumy ukazují, že dlouhé pracovní hodiny jsou asociovány se zvýšeným rizikem kardiovaskulárních onemocnění, cévních mozkových příhod a dalších chronických nemocí. Dlouhodobý pracovní stres může vést k chronickému vyčerpání, známému jako syndrom vyhoření, který má negativní dopady, na psychické i fyzické zdraví, a to jak na jednotlivce, tak na celou organizaci (*Harvard and MIT Research-for-Action Initiative, 2021*).

V důsledku zvyšující se intenzity pracovních požadavků je, dle Junga et al. (2023) důležité zjistit, jak se psychická zátěž promítá do vnímání stresu, pracovního přetížení a nespokojenosti mezi zaměstnanci. Tento aspekt byl prozkoumán ve studii LIFE-Adult, která se zaměřila na souvislosti mezi vnímáním mentálních požadavků a chronickým stresem, a také na to, jakým způsobem je tento vztah ovlivněn individuálními faktory odolnosti. Výsledky ukázaly, že vyšší verbální a exekutivní mentální náročnost je spojena s vyššími hladinami chronického stresu, pracovního přetížení a nespokojenosti. Významné bylo také zjištění, že odolnost (resilience), jakožto individuální zdroj, má potenciál snižovat negativní dopady psychické zátěže a míru pociťovaného pracovního stresu či úzkosti (Jung et al., 2023).

Přímo úzkosti způsobené časovou náročností práce se věnuje autor Cat Symonds (Symonds, 2023), který tvrdí, že současná pracovní kultura často konfrontuje zaměstnance s vysokými časovými nároky, které mohou vést k stavu známému jako "časová úzkost". Tento jev, charakterizovaný neustálým pocitem úzkosti a stresu ohledně plynutí času a schopnosti splnit stanovené úkoly a cíle, představuje významný faktor ztráty soustředění a produktivity. Tato úzkost může mít jak psychické, tak fyzické důsledky, včetně napětí, nespavosti a trávicích problémů, a pokud není řešena, může vést k syndromu vyhoření (Symonds, 2023).

PRAKTICKÁ ČÁST

4 CÍL VÝZKUMU

Následující kapitoly se věnují informacím a metodice výzkumu, výběru vzorku, průběhu výzkumu, způsobu zpracování dat. Hlavním cílem studie je zkoumat souvislost mezi úrovní stresu, který vysokoškolští pedagogové vnímají, a jejich subjektivním hodnocením časové náročnosti pracovních úkolů v období pandemie COVID-19. Dílčím cílem výzkumu je zjistit, zda existuje rozdíl ve vnímaném stresu mezi muži a ženami, zda existují rozdíly ve vnímaném stresu mezi jednotlivými věkovými kategoriemi, a zda zkušenější akademický zaměstnanec prožívá méně stresu, jinými slovy, zda delší praxe v oboru přináší méně stresu, či nikoliv.

Úkolem je kvantitativně zpracovat a analyzovat data získaná z online dotazníkového šetření *University Students during COVID-19 Pandemic* (vysokoškolští studenti během pandemie; UNICOVID), realizovaného v roce 2021 mezi pedagogickými pracovníky vysokých škol v České republice. Byl aplikován kvantitativní metodologický přístup. *University Students during COVID-19 Pandemic* (vysokoškolští studenti během pandemie; UNICOVID). Dotazník byl vytvořen spoluprací Sociologickým ústavem AV ČR, Fakultou sociálních věd UK, a konsorciem psychologů. Využití těchto dat bylo umožněno na základě souhlasu vedoucího práce a s příslušným oficiálním povolením konsorcia UNICOVID. Oficiální souhlas vedoucího konsorcia, které UNICOVID realizovalo, s využitím dat je přílohou práce. Výzkumný proces byl proveden s důrazem na dodržování etických standardů v oblasti anonymnosti a ochrany osobních údajů respondentů.

„Komise pro etiku ve výzkumu schválila dne 10. 5. 2021 žádost s č. j. 14/2021, podanou PhDr. Ing. Petrem Soukupem, Ph.D. K uvedené žádosti, jejíž podoba je na vyžádání k dispozici na Fakultě sociálních věd, nemá Komise pro etiku ve výzkumu žádné výhrady a vyslovila souhlas se záměry“ (Kudrnáčová et al., 2023).

4.1 STANOVENÍ HYPOTÉZ A VÝZKUMNÝCH OTÁZEK

Byly stanoveny následující hypotézy. Hlavní hypotéza; hypotéza 1: Tato akademická práce předpokládá pozitivní vztah mezi časovou náročností práce a mírou vnímaného stresu. Mimo jiné, akademická práce zkoumá souvislost prožívaného stresu také k další modifikujícím faktorům, jako jsou pohlaví, věková kategorie respondenta nebo kategorie délka praxe respondenta. Dílčí hypotézy jsou následující; hypotéza 2: Následně, na základě literární rešerše a předběžných pozorování se předpokládá, že ženy mohou vykazovat vyšší míru stresu než muži. Hypotéza 3: Též se předpokládá, že akademičtí pracovníci budou prožívat podobnou míru stresu v souvislosti s jejich věkem. Hypotéza 4: Poslední hypotéza předpokládá, že se zvyšující se praxí se bude míra prožívaného stresu snižovat.

4.2 MĚŘÍCÍ TECHNIKY A METODY SBĚRU DAT

Pro analýzu získaných dat byly použity statistické metody a z údajů původního datového souboru byly po dohodě se zástupci konsorcia vybrány pouze odpovědi na otázky týkající stresu a otázky týkající se časové náročnosti práce. Byly také použity otázky obsahující demografické informace o respondentech, jako byla jejich národnost, pohlaví, vysoká škola působnosti, věková kategorie a kategorie délky praxe.

Základními daty jsou škály Kodaňského psychosociálního dotazníku – The Copenhagen Psychosocial Questionnaire (COPSOQ) z roku 2017 (Kristensen et al., 2005). Dotazník slouží k vyhodnocování a zlepšování psychosociálního prostředí na pracovišti.

Dotazník v České republice aplikovala doc. Mgr. Kateřina Zábrowská, Ph.D. a kol. v rámci projektu „Organizační klima, soupeřící hodnoty a “well-being” v práci / Organizational climate, competing values and employee well-being“, která vznikla za podpory projektu „Kreativita a adaptabilita jako předpoklad úspěchu Evropy v propojeném světě“, reg. č.: CZ.02.1.01/0.0/0.0/16_019/0000734, financovaného z Evropského fondu pro regionální rozvoj (viz obrázek 9), (Blatný et al., 2021).

Míra prožívaného stresu byla zaznamenána pomocí škály "stres" dotazníku COPSOQ. Použitá škála se skládá ze čtyř položek, jež poskytují hodnocení frekvence emocí spojených se stresem, jako jsou možnost se uvolnit, napětí, podrážděnost, nebo četnost prožívaného stresu. Otázky týkající se stresu (v dotazníku pod identifikátorem Q23) byly v dotazníku reprezentovány otázkami; Q23_a, "Jak často jste měl(a) problém se uvolnit?", Q23_b, "Jak často jste se cítil(a) podrážděně?", Q23_c, "Jak často jste cítil(a) napětí?", Q23_d, "Jak často jste byl(a) ve stresu?", Respondenti vyjádřili výskyt těchto emocí na pětibodové škále, rozsah hodnocení byl od 1 ("pořád") do 5 ("vůbec"). Celkový skóre stresu je dán součtem bodů v těchto 4 položkách.

Časová náročnost práce byla také zaznamenána pomocí škály „pracovní zátěž“. Škála obsahuje čtyři položky, na nichž respondenti hodnotili, jak často zažívají situace, kdy se potýkají s kumulací pracovních povinností, nedodržením stanovených termínů z přemíry pracovních náležitostí, nebo nemají dostatek času na dokončení všech pracovních úkolů. Hodnocení probíhalo na škále od 1 ("vždy") do 5 ("nikdy/velmi výjimečně"). V případě obou škál byla potvrzena vysoká vnitřní konzistence škály Cronbachovým alfa koeficientem, který dosáhl hodnoty 0,840 (Kristensen et al., 2005).

a Q25b_a, "Je Vaše práce nerovnoměrně rozložena, takže se hromadí?", Q25b_b, "Jak často se Vám stává, že nemáte čas splnit všechny své pracovní úkoly?", Q25b_c, "Stává se Vám, že se opožďujete se svou prací?", Q25b_d, "Máte dost času na své pracovní úkoly?". Otázka Q25b_d je hodnocena reverzně tak, aby skórování neodpovídalo ostatním položkám škály. Celkový skóre pracovní zátěže (časové náročnosti) je dán součtem bodů v daných 4 položkách škály vč. poslední s obráceným skórováním.

4.3 SBĚR DAT

Sběr dat výzkumu UNICOVID proběhl online od 18. 5. do 30. 6. 2021. Výzkumné informace byly shromážděny za použití standardizovaného kvantitativního elektronického dotazníku. Sběr byl proveden jednorázově s využitím metody sběru CAWI (Computer Assisted Web Interviewing). Projekt byl financován v rámci grantu START/soc/047 a podpořen grantovým schématem na UK. Výzkum byl součástí mezinárodního projektu, který navazoval na studii International Student Well-being Study z roku 2020. Studie se soustředila na duševní pohodu a další přidružená témata.

4.6. ANALÝZA DAT

Pro analýzu a interpretaci dat byly použity software Microsoft Excel a Jamovi, což jsou nástroje poskytující široké možnosti statistické analýzy a grafické prezentace výsledků. Excel byl využíván především pro organizaci dat, předběžné zpracování, vizualizaci grafů, trendů a vzorců v datech. Jamovi, jež je open-source statistickým programem, byl pak použit pro statistické testy.

Byly aplikovány různé statistické metody na rozdílné soubory dat s cílem posoudit a interpretovat získané údaje. Nejdříve byl proveden test Shapiro-Wilk normálního rozložení dat. Test ukázal, že data nesplňují požadavek normálního rozdělení, a proto bylo vyřazeno použití jakékoliv statistické metody vyžadující normální rozdělení dat. Následně byla posouzena homogenita Levenovým testem homogenity rozptylů. Ukázalo se, že data splňují požadavek homogenity, bylo tedy možné použít například statistický test rozptylů (ANOVA). Pro datové soubory, které obsahovali pouze dvě proměnné, například pohlaví, byl použit nezávislý Welchův t-test. Pro datové soubory, které obsahovali více kategorií, tedy kategoriální proměnné jako byly například kategorie věku nebo délky praxe, byla použita metoda analýzy rozptylu, jednosměrná ANOVA. Korelační analýza, konkrétně Spearmanův korelační koeficient, se používá pro data nesplňující normální rozdělení, byla použita pro datové soubory, kterým byla míra pocíťovaného stresu (skór – stres) a subjektivně vnímaná časová náročnost práce (skór – pracovní zátěž). Metoda hlavních komponent byla použita na celý datový vzorek, mimo otázky týkající se modifikujících faktorů, kterými jsou pohlaví, věková kategorie a kategorie délky praxe.

5 VÝSLEDKY

Pandemie COVID-19 přinesla do akademického prostředí značné změny, které se dotkly nejen metod výuky, ale i celkového pracovního a osobního života pedagogů. Jedním z hlavních cílů této akademické práce je analyzovat, jak tyto změny ovlivnily míru prožívaného stresu pedagogů a náročnost jejich práce. Statistické měření, této akademicky práce, se snaží prozkoumat souvislost těchto proměnných, přičemž nezapomíná ani na související modifikujícími faktory, jako jsou věk, délka praxe nebo pohlaví.

5.1 DESKRIPTIVNÍ POPIS DAT

Vybraná data použitá v této akademické práci zahrnují pouze kompletní odpovědi ve všech zkoumaných oblastech a pouze české respondenty. Datový soubor po vyfiltrování irelevantních odpovědí odpovídá vzorku 1742 respondentů (46,2 %) z původních 3774 respondentů (100 %) z různých typů vysokých škol v České republice, které zahrnovaly: Českou zemědělskou univerzitu v Praze, Mendelovu univerzitu v Brně, Univerzitu Karlovu, Vysokou školu ekonomickou v Praze, Univerzitu Hradec Králové, Univerzitu Palackého v Olomouci, Univerzitu Tomáše Bati ve Zlíně, České vysoké učení technické v Praze, Vysokou školu chemicko-technologickou v Praze, Jihočeskou univerzitu v Českých Budějovicích, Univerzitu Pardubice, Policejní akademii České republiky, Univerzitu obrany, Anglo-American University, Vysokou školu PRIGO, University of New York in Prague, Vysokou školu finanční a správní, Univerzitu Jana Amose Komenského Praha, Vysokou školu tělesné výchovy a sportu Palestra, Pražskou vysokou školu psychosociálních studií, Vysokou školu technickou a ekonomickou v Českých Budějovicích, Vysokou školu evropských a regionálních studií a Vysokou školu ekonomie a managementu. Sedm respondentů neudalo svou příslušnost k žádné škole. Datový soubor taktéž obsahuje informace týkající se současné pracovní pozice, které zaměstnanec školy na vysoké škole zastává. Respondenti mají zastoupení ve všech následujících kategoriích: PhD student/ka, Postdoc, Výzkumný pracovník/ce, Lektor/ka, Odborný asistent/ka, Docent/ka, Profesor/ka.

V rámci demografických charakteristik datový soubor obsahuje informace rozdělené dle pohlaví respondentů, jež odpovídá množství 794 žen (45,58 %) a 948 mužů (54,42 %). Co se týče věkové distribuce, účastníci zastávají věkové kategorie; do 29 let, 30-39 let, 40-49 let, 50-59 let, 60-69 let a 70 let a více. Délka praxe respondentů nabývá rozpětí, od méně než 1 rok přes 1-2 roky, 3-5 let, 6-10 let, 11-20 let až po více než 20 let praxe v oboru.

5.2 SOUVISLOST MEZI VNÍMANÝM STRESEM A ČASOVOU NÁROČNOSTÍ PRÁCE

Ústředním tématem bakalářské práce, a taktéž jednou z hypotéz, je souvislost mezi stresem a časovou náročností práce. Následující odstavce se věnují statistickému rozpracování tohoto tématu. Nicméně, aby bylo možné správně s daty pracovat, je nejdříve nutné ověřit normalitu a homogenitu datového souboru.

Výsledky Shapiro-Wilkova testu normality (viz tabulka č. 1) pro skór stresu a skór pracovní zátěže s výsledkem 0,984 a 0,991 naznačují, že rozdělení dat významně odporuje předpokladu normálního rozdělení, což potvrzuje p-hodnota ($p < 0,001$), která je nižší než běžně užívaná hranice statistické významnosti 0,05, výsledek tedy nemohl vzniknout náhodou.

Tabulka č. 1

Shapiro-Wilk test normálního rozdělení datového vzorku

Test normálního rozdělení (Shapiro-Wilk)	W	p
Skór – stres	0,984	<0,001
Skór – pracovní zátěž	0,991	<0,001

Leveneův test homogenity rozptylů (viz tabulka č. 2) byl proveden s cílem ověřit předpoklad rovnosti rozptylů mezi skupinami. Hodnota F dosáhla úrovně 0,141 a 0,114 a p-hodnota ($p = 0,707$ a $p = 0,736$) je vyšší než běžně užívaná hranice statistické významnosti 0,05. Rozdílně od testu normality, výsledek tohoto testu naznačuje, že není důvod odmítnout nulovou hypotézu o rovnosti rozptylů skupin. Je tedy splněn předpoklad homogenity rozptylů.

Tabulka č. 2

Leveneův test homogenity rozptylů

Test homogenity rozptylů (Levene's)	F	p
Skór – stres	0,141	0,707
Skór – pracovní zátěž	0,114	0,736

Provedené testy ukazují výsledky, které se neshodují s použitím statistických metod předpokládajících normální rozdělení dat. Testy předpokládající homogenitu datového souboru použity být mohou.

5.2.1 ANALÝZA KORELACE ZKOUMANÝCH SKUPINY STRESOVÉHO SKÓRE

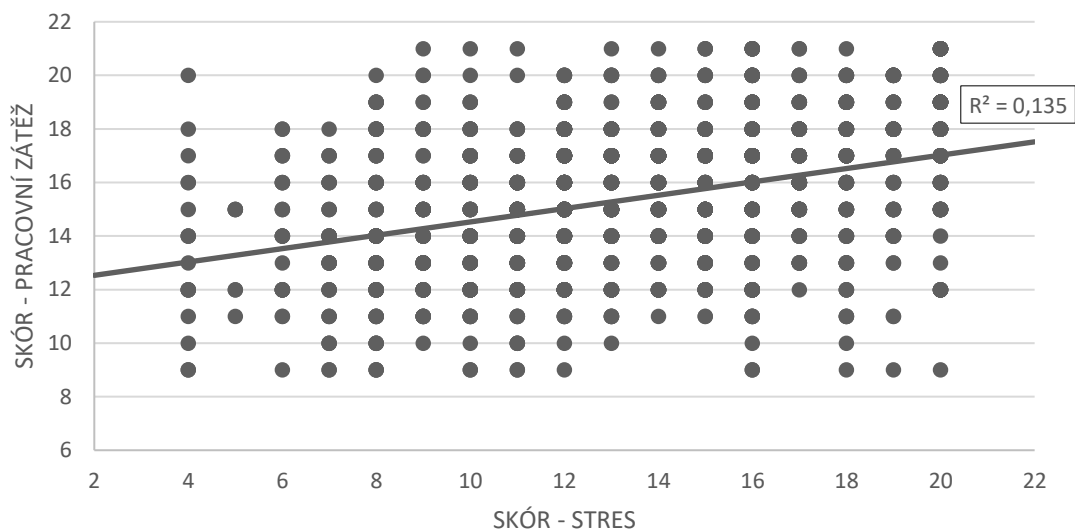
Výsledky korelační analýzy ukazují (viz tabulka č. 3) pozitivní souvislost mezi skórem stresu (Skór – stres) a celkovým skórem pracovní zátěže (Skór – pracovní zátěž). Spearmanův korelační koeficient rho (Akoglu, 2018) je 0,364, což signalizuje mírnou až střední korelaci mezi těmito dvěma proměnnými (viz graf č. 1). P-hodnota je menší než 0,001, což indikuje statisticky významnou souvislost a není pravděpodobné, že by byla způsobena náhodou na běžně uznávané hladině pravděpodobnosti (0,05).

Tabulka č. 3

Spearmanův korelační koeficient

Popisky	Skór – stres	Skór – pracovní zátěž
Skór – stres	1	-
Skór – pracovní zátěž	0,364	1
p-hodnota	<0,001	-

Graf č. 1 ukazuje roztržštěná data, avšak s trendovou linií. Ta značí, že s vyššími hodnotami v jedné proměnné se zvyšují i hodnoty ve druhé proměnné. Výsledek dokazuje pozitivní lineární vztah dvou zmiňovaných proměnných.



Graf č. 1

Graf. rozptylu s trendovou linií zobrazuje hodnoty celkového skóru stresu a celkového skóru náročnosti práce.

5.2.2 OVĚŘENÍ ZKOUMANÝCH OBLASTÍ METODU VLASTNÍCH KOMPONENT

Metoda vlastních komponent (viz tabulka č. 4) potvrdila několik skutečností, které ukázali výše provedené statistické testy. Z tabulky je zřejmé, že ve zkoumaném vzorku se nachází právě dvě hlavní komponenty. Zjištěná skutečnost odpovídá i rozdělení škál dle škály The Copenhagen Psychosocial Questionnaire. Tyto dvě komponenty reprezentují škálu „stres“ a škálu „pracovní zátěž“. Dílčí hodnoty v řádku „Skór – stres“ a „Skór – pracovní zátěž“ taktéž, dle očekávání, spadají do komponent právě zmiňovaných škál, ke kterým se logicky řadí. Řádek s názvem „Skór – stres“ s hodnotou 0,982 značí, že tato statistická metoda připisuje vyšší hodnotu k první komponentě, kterou je škála „stres“. Lze tedy předpokládat, že významnější stres působí první komponenta zkoumaného vzorku v porovnání s druhou.

Tabulka č. 4

Metoda vlastních komponent, výsledky

	Komponent	Komponent
	1	2
Q23_a	0,857	
Q23_b	0,857	
Q23_c	0,91	
Q23_d	0,859	
Q25b_a		0,759
Q25b_b		0,88
Q25b_c		0,842
rev_Q25b_d		0,708
Skór – Stres	0,982	
Skór – pracovní zátěž		0,973

Faktorová zatížení pro první komponentu ukazují, dle očekávání, silnou asociaci s proměnnými Q23_a až Q23_d. Stejně tak faktorová zatížení pro druhou komponentu ukazují významný vztah s proměnnými Q25b_a až Q25b_d.

Tabulka č. číslo 5 ukazuje, že první komponent vysvětluje 39,6 % celkové variability dat, zatímco druhý přispívá dalšími 33,6. Výsledky analýzy dokazují, že první hlavní komponenta může reprezentovat obecný latentní faktor prezentovaný souborem proměnných Q23 a Q25b, zatímco druhá komponenta odhaluje další důležitou, avšak méně dominantní, dimenzi dat.

Tabulka č. 5

Analýza vlastních komponent, sumarizační tabulka č. vyobrazující zastoupení komponent ve vzorku.

Komponenty	Zatížení	% odchylky	% kumulativně
1	3,17	39,6	51,1
2	2,68	33,6	73,2

Vlastní hodnoty (eigenvalues) jsou uvedeny v tabulce 5, což je grafická metoda používaná k odhadu počtu komponent. Obecně platí, že komponenty s vlastními hodnotami vyššími než 1 jsou považovány za statisticky významné.

První komponenta má vlastní hodnotu 4,090 a vysvětluje 51,12 % variability, což reprezentuje škálu "stres". Druhá komponenta má vlastní hodnotu 1,763 a vysvětluje 22,04 % variability, což reprezentuje škálu "pracovní zátěž". Celkově první dvě komponenty vysvětlují 73,2 % variability dat. To znamená, že tyto dvě dimenze, stres a pracovní zátěž, jsou hlavními faktory ve výzkumném vzorku.

Tabulka č. 6

Analýza vlastních komponent, tabulka č. vlastních hodnot.

Komponenty	Eigenvalues	% of Variance	Cumulative %
1	4,09	51,12	51,1
2	1,763	22,04	73,2
3	0,588	7,35	80,5
4	0,475	5,93	86,4
5	0,335	4,18	90,6
6	0,321	4,01	94,6
7	0,255	3,18	97,8
8	0,174	2,18	100,0

5.3 SOUVISLOST MEZI STRESEM A POHLAVÍM

Tabulka č. 7 poskytuje kvantitativní přehled rozdělení pohlaví ve výzkumném vzorku, jenž čítá celkem 1742 jednotlivců, který zahrnuje 794 žen, tedy přibližně 46 % celkové populace a 948 mužů, tedy přibližně 54 % celkové populace. Složení souboru je sice relativně vyvážené, avšak s lehkým náskokem mužské populace. Průměrné hodnoty stresu pro skupinu žen a mužů jsou 13,1, respektive 13,9, přičemž medián pro ženy je 13,0 a pro muže 14,0.

Tabulka č. 7

Deskriptivní tabulka znázorňující informace k pohlaví.

Popisky	Počet	Počet v %	Průměr	Medián	SD
Žena	794	46 %	13,1	13,0	3,62
Muž	948	54 %	13,9	14,0	3,71
Celkový součet	1742	100 %			

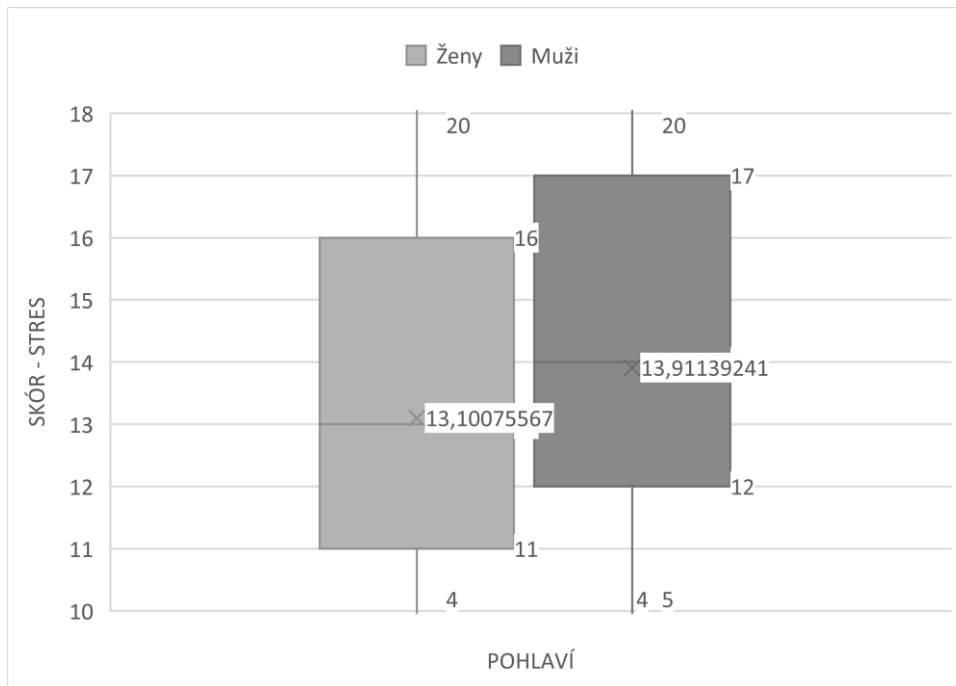
K analýze mezi pohlavím a stresem byl využit Welchův t-test (viz tabulka č. 8). Výsledky tohoto testu poskytují následující statistické hodnoty: t-statistika činí -4,60 a p-hodnota dosahuje hodnoty <0,001. Výsledná hodnota p-hodnoty statistického testu značí mezi jednotlivými pohlavími je statisticky signifikantní rozdíl, který dle běžně akceptované hranici významnosti (0,05) není způsobený náhodou.

Tabulka č. 8

Výsledky Welchova t-testu pro hodnoty skóru stresu žen a mužů.

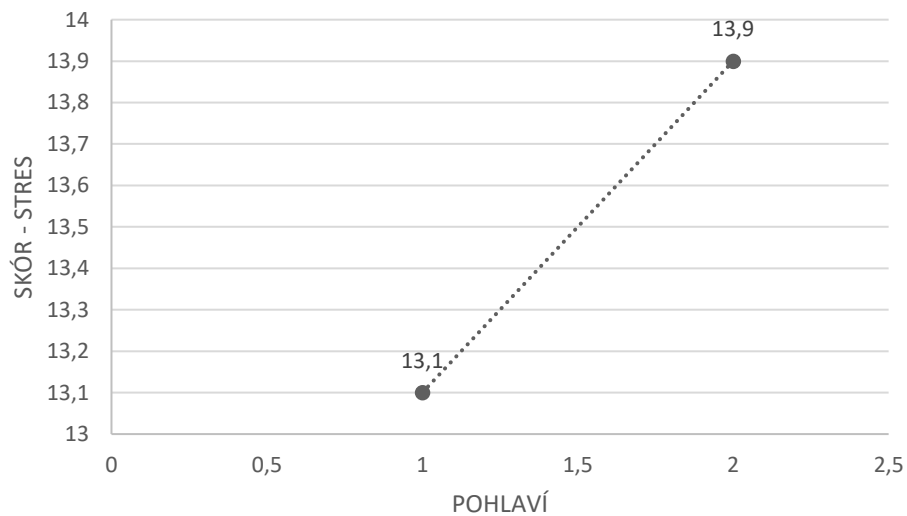
Popisky	T-stat.	p
Skór – stres	-4,60	<0,001

Z grafického znázornění (viz graf č. 2) je patrné, že rozptyl hodnot skóre stresu u obou skupin je poměrně široký, střední hodnoty (viz graf č. 2) a medián (viz tabulka č. 9) jsou od sebe vzdálené, což podtrhuje p-hodnotu menší než 0,05. Výsledek tedy nemůže být způsoben náhodou.



Graf č. 2

Krabicové grafy skóru stresu dle pohlaví.



Graf č. 3

Graf rozptylu s trendovou linií ukazuje rozdíl průměrů stresových hodnot pohlaví.

Vzhledem k p-hodnotě, která nepřekračuje běžný práh pro stanovení statistické významnosti (0,05), lze tvrdit, že mezi pohlavími (muži a ženy) existuje statisticky významný rozdíl ve vnímaném stresu. Muži vykázali o něco vyšší průměrný skóre stresu ve srovnání se ženami a tento rozdíl lze považovat za statisticky významný z hlediska statistické analýzy.

5.4 SOUVISLOST MEZI STRESEM A VĚKOVOU KATEGORIÍ

V rámci demografických charakteristik respondentů byla zaznamenána věková distribuce (viz tabulka č. 9). Nejmladší kategorie respondentů, ti do 29 let, tvoří 6 % celkového vzorku s počtem 111 jedinců. Následuje kategorie ve věku 30-39 let, která představuje 27 % vzorku, což odpovídá 478 osobám. Největší zastoupení mají účastníci ve věkové skupině 40-49 let, představující 34 % celkové populace s počtem 587 osob. Respondenti ve věku 50-59 let tvoří 15 % vzorku, jež odpovídá 260 osobám. Skupina ve věku 60-69 let má zastoupení 12 % s počtem 217 jedinců, zatímco nejstarší kategorie, osoby ve věku 70 let a více, tvoří 5 % s celkovým počtem 89 osob.

Deskriptivní tabulka (viz tabulka č. 9) znázorňuje přehled průměrných skórech stresu napříč věkovými kategoriemi. Nejnižší průměrné skóre stresu (12,6) bylo zaznamenáno u respondentů ve věkové skupině 30-39 let, zatímco nejvyšší průměrné skóre (16,6) bylo u jedinců ve věkové kategorii 70 let a více. S věkem se průměrná skóre stresu zvyšují, což ukazuje na možný trend zvyšujícího se vnímání stresu společně se zvyšujícím se věkem respondentů.

Tabulka č. 9

Deskriptivní tabulka znázorňující informace k věkovým kategoriím.

Popisky	Počet	Počet z %	Průměr	SD
do 29 let	111	6 %	12,7	3,85
30-39	478	27 %	12,6	3,56
40-49	587	34 %	13,0	3,56
50-59	260	15 %	14,3	3,44
60-69	217	12 %	15,2	3,52
70 a více	89	5 %	16,6	2,85
Celkový součet	1742	100 %		

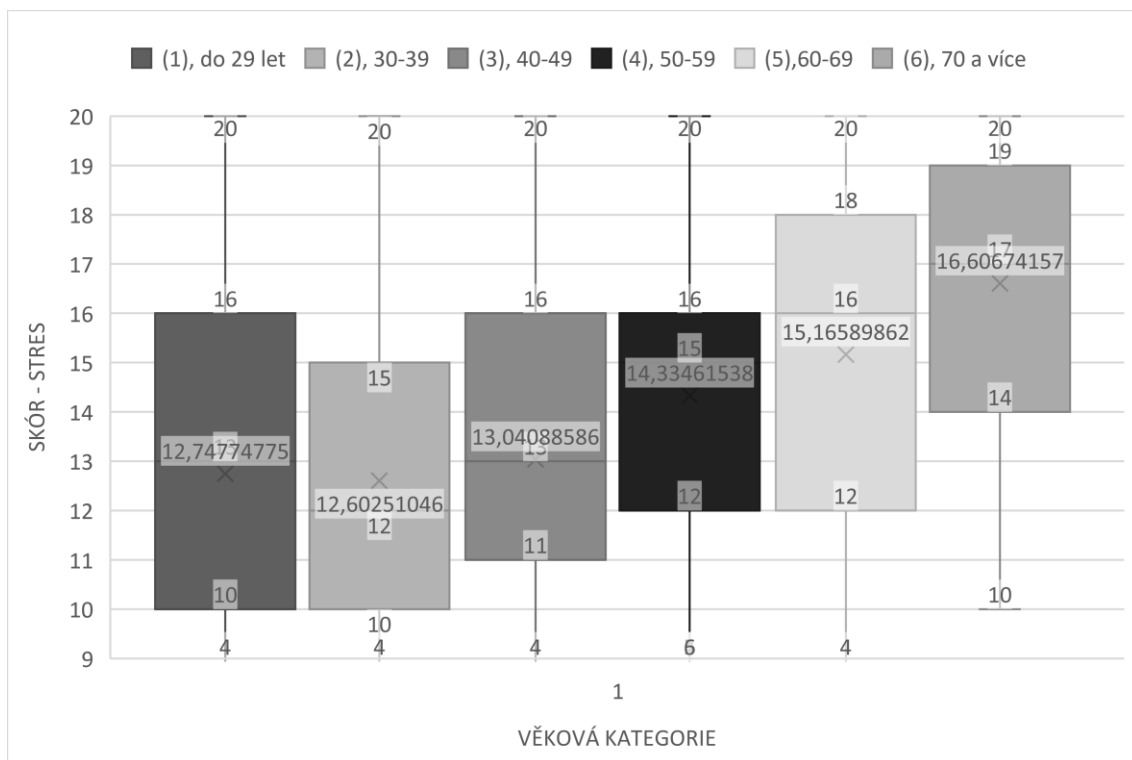
Jednosměrná analýza rozptylu (ANOVA) s Welchovou korekcí (viz tabulka č. 10) byla provedena za účelem posouzení rozdílů v celkových skórech vnímaného stresu mezi různými věkovými skupinami respondentů. Výsledky testu potvrzují významný rozdíl ve vnímaném stresu mezi věkovými skupinami, což je podpořeno velmi nízkou p-hodnotou ($p < 0,001$) a vysokou hodnotou $F_{14,1}$.

Tabulka č. 10

Výsledky testu rozptylu ANOVA s Welchovou korekcí pro hodnoty skóru stresu ve vztahu k věkové kategorii

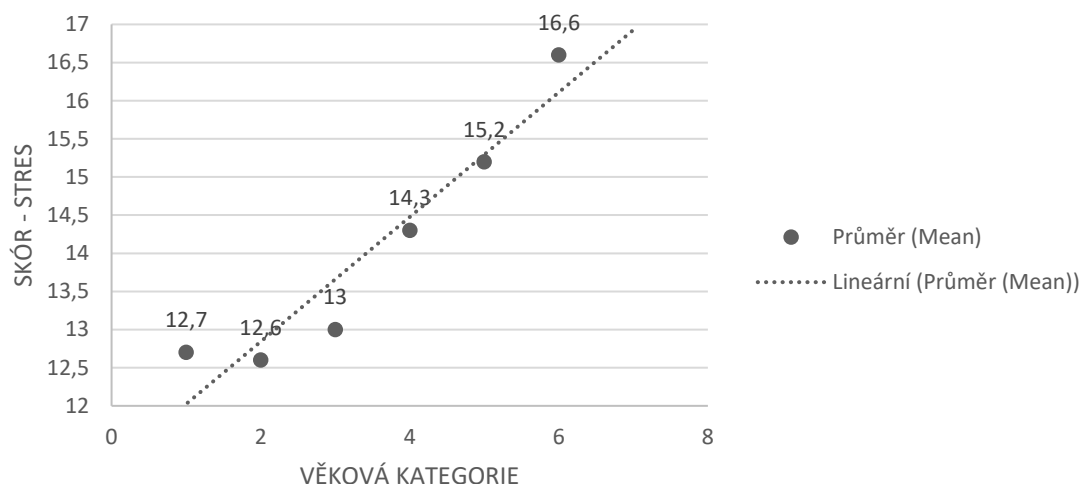
Popisky	F	p
Skór – stres	14,1	<0,001

Graf č. 3 níže znázorňuje rozptyl průměrných skóre vnímaného stresu mezi různými věkovými skupinami. Průměrné skóre jsou reprezentovány křížkem pro každou věkovou skupinu. Graf č. 3 také ilustruje vzestupný trend v průměrných skórech stresu s rostoucím věkem respondentů. Věková skupina 2 (druhá nejmladší kategorie) má nižší průměrné skóre stresu ve srovnání s věkovou skupinou 6 (nejstarší kategorie), což naznačuje, že starší respondenti mohou vnímat větší stres.



Graf č. 4

Krabicový graf znázorňující jednotlivé věkové kategorie.



Graf č. 5

Graf rozptylu s trendovou linií ukazuje rostoucí trend stresových hodnot k věkové kategorii.

Statistické měření demonstruje fakt, že průměrné hodnoty vnímaného stresu se liší mezi sledovanými skupinami větší mírou, než by se očekávalo náhodnou variabilitou (0,05), nejedná se tedy o výsledek způsobený náhodou. Celkově graf č. 4 a č. 5 podporují zjištění analýzy rozptylů ANOVA, která odhalila statisticky významné rozdíly mezi věkovými skupinami.

5.5 SOUVISLOST MEZI STRESEM A DÉLKOU PRAXE

Tabulka č. 11 prezentuje distribuci v rámci kategorií délky praxe respondentů. Vzorek 1742 respondentů se dělí na šest kategorií na základě doby, po kterou působí v oboru. Nejmenší skupina respondentů, pouhá 3 %, hlásí praxi kratší než jeden rok. Skupina s praxí mezi 1 až 2 lety tvoří 6 % vzorku, zatímco těch s 3 až 5 lety praxe je 15 %. Většinu respondentů tvoří ti s délkou praxe 6 až 10 let (21 %) a 11 až 20 let (32 %). Podstatný počet, 22 %, udává, že v oboru působí déle než 20 let.

Deskriptivní tabulka (viz tabulka č. 11) znázorňuje přehled průměrných skórech stresu napříč kategoriemi délky praxe. Nejnížší průměrné skóre stresu (13,0) bylo zaznamenáno u respondentů ve s délkou praxe kratší než 1 rok, zatímco nejvyšší průměrné skóre (14,9) bylo u jedinců s délkou praxe delší než 20 let. S délkou praxe se průměrná skóre stresu zvyšují, což ukazuje na možný trend zvyšujícího se vnímání stresu společně se zvyšující se délkou působnosti v oboru.

Tabulka č. 11

Deskriptivní tabulka znázorňující informace ke kategoriím délky praxe.

Popisky	Počet	Počet z %	Průměr	SD
Méně než 1 rok	54	3 %	13,0	4,48
1-2 roky	109	6 %	13,1	3,34
3-5 let	267	15 %	13,1	3,7
6-10 let	367	21 %	13,1	3,64
11-20 let	559	32 %	13,3	3,66
Déle než 20 let	386	22 %	14,9	3,47
Celkový součet	1742	100 %		

Výsledky jednosměrné analýzy rozptylu (viz tabulka č. 12) s Welchovou korekcí potvrzují významné rozdíly mezi skupinami respondentů vzhledem ke skóru stresu v závislosti na délce jejich praxe. Významnost rozdílů mezi skupinami, jak ukazuje hodnota F (14,1), je statisticky významná s p-hodnotou menší než 0,001. Výsledná p-hodnota značí, že výsledek nemohl být způsoben náhodou.

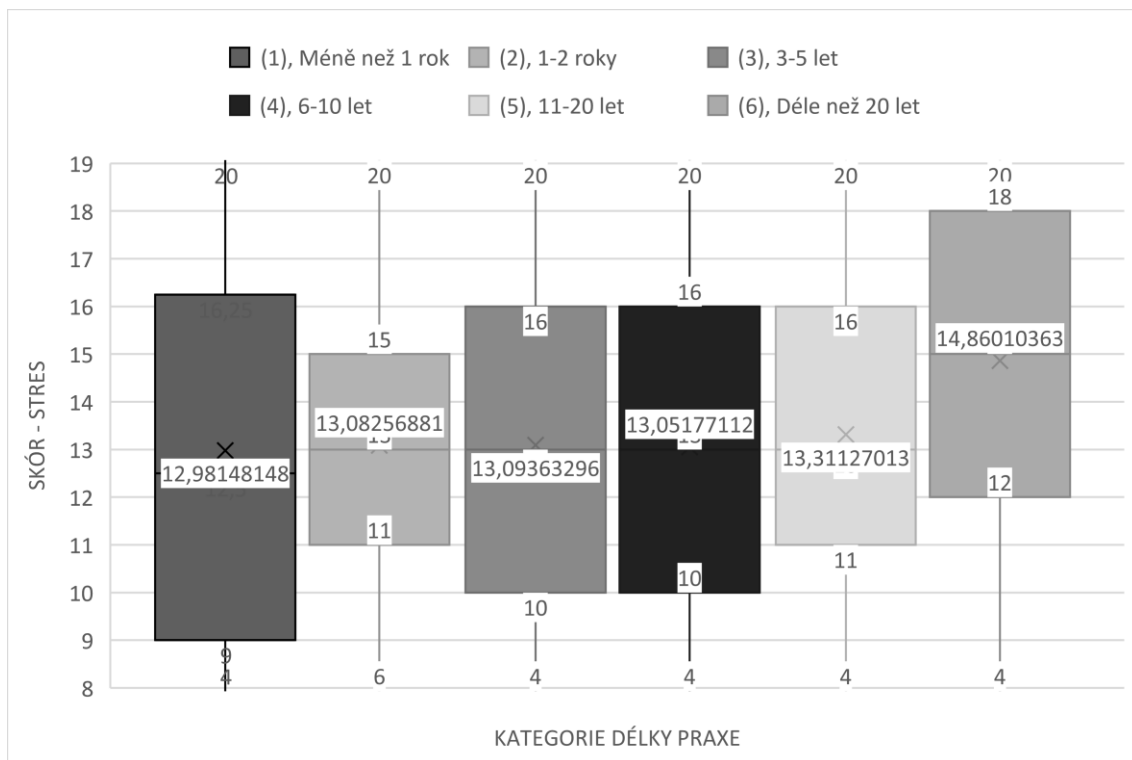
Tabulka č. 12

Výsledky testu rozptylu ANOVA s Welchovou korekcí pro hodnoty skóru stresu ve vztahu ke kategorii délky praxe

Popisky	F	p
Skór – stres	14,1	<0,001

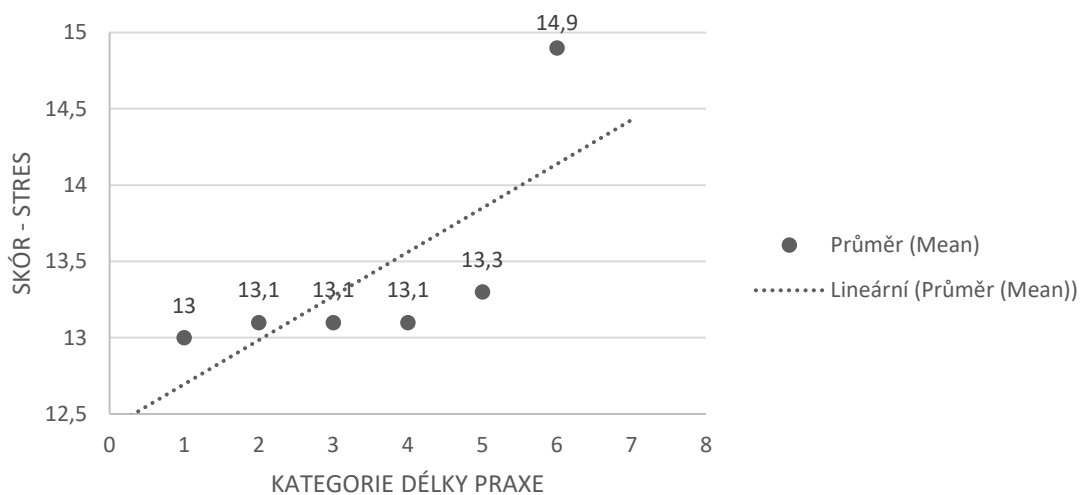
Graf č. 6 níže znázorňující výsledky jednosměrné analýzy rozptylu (ANOVA) poskytuje vizuální reprezentaci průměrného skóre stresu mezi šesti skupinami respondentů rozdělených podle délky praxe. Průměrné hodnoty jsou znázorněny křížkem.

Z grafu č. 7 níže lze vyčíst, že průměrné hodnoty stresu se zvyšují s délkou praxe. Respondenti s praxí delší než 20 let (kategorie 6) vykazují nejvyšší průměrné skóre stresu, zatímco nejnižší průměrné skóre má skupina s praxí menší než 1 rok (kategorie 1). Trendová linie grafu č. 7 značí lineární trend mezi jednotlivými kategoriemi délky praxe a skórem stresu.



Graf č. 6

Krabicový graf znázorňující jednotlivé kategorie délky praxe.



Graf č. 7

Graf rozptylu s trendovou linií ukazuje rostoucí trend stresových hodnot ve vztahu ke kategoriím délky praxe.

Zjištění naznačuje, že respondenti s nejdélejší praxí vykazují nejvyšší úroveň vnímaného stresu, přičemž trend zvyšujícího se vnímaného stresu souvisí s kategorií délky praxe v oboru. Graf č. 7 podporuje statistické výsledky testu rozptylu ANOVA, které indikují významné rozdíly ve vnímání stresu v závislosti na délce praxe.

5.6 SOUVISLOST MEZI STRESEM TYPEM VYSOKÉ ŠKOLY

Rozdělení vysokých škol dle jejich typu znázorňuje tabulka č. 13, v počtu 1550 veřejných nebo státních vysokých škol a 192 soukromých vysokých škol. Průměrné hodnoty stresu pro typy vysoké školy jsou 13,5 pro veřejné nebo státní vysoké školy a 14,0 pro soukromé vysoké školy, přičemž medián pro veřejné či státní vysoké školy dosahuje hodnoty 13 a medián pro soukromé vysoké školy dosahuje hodnoty 14.

Tabulka č. 13

Deskriptivní tabulka znázorňující informace k typu školy.

Popisky	Počet	Počet v %	Průměr	Medián	SD
Veřejná a státní vysoké školy	1550	89 %	13,5	13	3,67
Soukromé vysoké školy	192	11 %	14,0	14	3,87
Celkový součet	1742	100 %			

K souvislosti mezi typem školy a skórem stresu byl využit Welchův t-test pro nezávislé vzorky (viz tabulka č. 14). Výsledky testu, t-statistika -1,81 a p-hodnota dosahuje hodnoty 0,072, značí, že mezi typy škol není statisticky signifikantní rozdíl. Prožívaná míra stresu tedy s typem školy nesouvisí.

Tabulka č. 14

Výsledky Welchova t-testu pro hodnoty skóru stresu žen a mužů.

Popisky	T-stat.	p
Skór – stres	-1,81	0,072

6 DISKUSE

Bakalářská práce věnovaná tématu „Souvislost mezi Pandemií covidu-19 a situací vysokoškolských pedagogů v České republice“ přinesla zjištění částečně korespondující s výsledky jiných výzkumných prací. Nutno však podotknout, že v některých případech jsou výsledky opačné.

Byly stanoveny následující hypotézy. Hlavní hypotéza; hypotéza 1: tato akademická práce předpokládá pozitivní vztah mezi časovou náročností práce a mírou vnímaného stresu. Dílčí hypotézy jsou následující; hypotéza 2: následně, na základě literární rešerše a předběžných pozorování se předpokládá, že ženy mohou vykazovat vyšší míru stresu než muži. Hypotéza 3: předpokládá se, že akademičtí pracovníci budou prožívat obdobnou míru stresu v souvislosti s jejich věkem. Hypotéza 4: také se předpokládá, že se zvyšující se praxí se bude míra prožívaného stresu snižovat.

Statistické měření, zaměřené na prožívaný stres (skór stres) a časovou náročnost práce (skór pracovní zátěže) ukázalo, že vztah mezi těmito proměnnými je statisticky významný. Byla provedena korelační analýza mezi skórem stresu a skórem pracovní zátěže, kde Spearmanův korelační koeficient ($\rho = 0,364$) naznačuje mírnou až střední korelaci, s p-hodnotou menší než 0,001. Tento výsledek potvrzuje předpoklad, že čím vyšší je časová náročnost práce, tím vyšší je subjektivně pocíťovaná úroveň stresu. Metoda vlastních komponent ověřila relevantnost použitých škál dle COPSQ a identifikovala dva hlavní faktory. Tyto faktory, reprezentované souborem otázek Q23 a Q25, reflektují faktor stresu a faktor pracovní zátěže. Výsledky metody vlastních komponent ukazují, že silnějším z faktorů je stres, s hodnotou zatížení 0,982, proti pracovní zátěži, s hodnotou zatížení 0,973.

Zjištění v oblasti pohlaví se shodují s předpokladem, založeným na literární rešerši a předběžných pozorováních, jež tvrdí, že bude existovat souvislost mezi pohlavím a stresem. Výzkum této kvalifikační práce se ale odchyľuje od dosavadního výzkumu v konkrétních výsledcích. Ten v oblasti pohlaví přináší výsledky, ve kterých dosahovaly ženy vždy vyššího stresového skóru než muži. Ať už se jednalo o studie Figalové (2019), Sliškovice & Seršice, (2011) i Wojtera et al. (2022), ženy dosahovaly vždy vyšších stresových hodnot než muži.

Výsledky této akademické práce ukazují, že průměrně vyšší míru stresu prožívali muži v porovnání s průměrnou mírou stresu prožívaného mezi ženami. Nepodařilo se tedy, v případě pohlaví, dílejší hypotézu 2 o vyšším vnímaném stresu u žen potvrdit, naopak, statistické měření v rámci tohoto výzkumu dosahuje opačného, nestandardního trendu. Výsledky mohou být ovlivněny vyšším počtem respondentů mužské populace, zdá se to však nepravděpodobné. Přesto se tento nestandardní výsledek objevil i v rámci jiných dosavadních výzkumů. Studie autorů Saravanan & Muthu Lakshmi (2017) dosahuje zjištění, že v případě soukromých středních škol, muži dosahují celkově nižší míry stresu, než které dosahují ženy. Naopak v případě veřejných škol je ale trend opačný a v míře profesního stresu vedou muži. Ač statistické měření této akademické práce neukazuje výsledky, které by naznačovaly souvislosti mezi mírou stresu a typem školy, může to být, v případě pohlaví, faktor ovlivňující prožívanou míru stresu mezi akademickými pracovníky. Tato skutečnost značí nutnost dalšího vědeckého bádání, které by se detailně soustředilo na tématicky prožívaného stresu mezi vysokoškolskými pedagogy, působícími na vysokých školách v České republice.

Dále bylo zjištěno, že existuje souvislost mezi mírou prožívaného stresu a věkem pedagoga. To je zjištění shodující se s literární rešerší a předběžným pozorováním. Rozdíl se však objevil v trendu, kterým stresové skóre postupuje. Dle studie autorů Fields et al. (2022) s rostoucím věkem přichází též nižší míra stresu. Praktická část této akademické práce však přináší zcela opačné výsledky v podobně zvyšujícího se trendu míry prožívaného stresu se zvyšující se věkovou kategorií respondenta. Nejnižší průměrné skóre stresu 27,6 bylo zaznamenáno u respondentů ve věkové skupině 30-39 let, zatímco nejvyšší průměrné skóre 33,9 bylo u jedinců ve věkové kategorii 70 let a více. Výsledky mohou být v rámci českých vysokoškolských pedagogů odlišené od uvedené zahraniční studie právě proto, že zažívali vysokou míru stresu spojenou s „technostresem“. Dle dosavadních pozorování se starší česká populace hůře vypořádává s prací s novými IT technologiemi, jako jsou mobilní telefony, počítače, nebo umělá inteligence a virtuální realita. Dle studie Özgür (2020) existuje významný negativní vztah mezi úrovní technostresu učitelů a podporou školy. Na druhé straně další zjištění výzkumu odhalilo, že existuje pozitivní a významný vztah mezi úrovní technostresu učitelů a proměnnou věk. Lze tedy konstatovat, že technostres jistě vliv má, stejně jako že souvisí s věkovou proměnnou. Zde se objevuje další oblast, která by měla být podrobená dalšímu vědeckému bádání, jelikož výsledky statistického měření této akademické práce nejsou v tomto případě dostačující a situace ohledně technostresu a jeho vlivu na české vysokoškolské vyučující zůstává nejasná.

V oblasti zkoumání délky praxe respondentů, ve vztahu k míře prožívaného stresu, statistické měření dochází k zjištění potvrzující existenci souvislosti mezi mírou prožívaného stresu a délkou praxe pedagoga. Zjištění je znovu shodující se s literární rešerší a předběžným pozorováním. Autoři Saravanan & Muthu Lakshmi (2017), též potvrdili, že existuje vztah mezi těmito zkoumanými oblastmi, konkrétně, že míra prožívaného stresu se bude s přibývajícím roky praxe snižovat. K tomuto zjištění však nedospělo statistické měření v rámci této bakalářské práce, jehož výsledky značí opačný trend, tedy, že s delší délkou praxe též roste míra prožívaného stresu. S tím nicméně může souviset, jak naznačují předchozí zjištění, také věková kategorie respondentů. Výsledky jednosměrné analýzy rozptylu naznačily významné rozdíly ve vnímaném stresu v závislosti na délce praxe, přičemž nejmenší míru stresu vykazala skupina s nejdelší délkou působnosti a nejvyšší míru stresu prožívá kategorie s nejdelší délkou praxe v oboru. Celkově výsledky značí lineární trend zvyšující se míry stresu společně se zvyšující se kategorií délky působnosti v oboru. Tento trend může být způsobený mnoha modifikujícími faktory, vstupovat do výsledků měření mohou vnášet vysoká a pozitivní očekávání juniorních vyučujících, naopak u seniorních vyučujících mohou převládat obavy o své zdraví, jak píše Martin et al. (2001) nebo působit stres spojený s technologiemi, jak uvádí Özgür (2020), Navarro-Espinosa et al. (2021), nebo Zheng et al. (2022).

Limitace této kvalifikační práce lze identifikovat v několika klíčových oblastech. Za prvé, kvantitativní povaha výzkumu s využitím standardizovaných dotazníků nemusí plně zachytit hloubku a složitost individuálního vnímání stresu a časové náročnosti práce. Jednou z hlavních limitací je také použití dotazníku. Odpovědi mohou být ovlivněny subjektivním zkreslením respondentů a jejich aktuálním psychickým stavem. Výzkum také nezohledňoval možné interakce mezi proměnnými, jakými jsou osobní životní události nebo vnější sociálně-ekonomické faktory, které mohou ovlivnit vnímání stresu.

Dále se studie nezabývala dlouhodobými účinky stresu a časové náročnosti práce, což znamená, že nelze odvodit kauzalitu nebo předpovídat dlouhodobé zdravotní a profesní dopady, avšak nutné je zmínit, že z empirického pozorování a literární rešerše vychází, že pandemie COVID-19 měla, a do jisté míry stále má, vliv na zdravotní a profesní oblasti akademických vyučujících v České republice. Pro komplexnější zkoumání této problematiky by bylo vhodné kombinovat kvantitativní přístup s kvalitativními metodami, jako jsou hloubkové rozhovory nebo případové studie, které by mohly poskytnout detailnější vhled do individuálních zkušeností, a to primárně s opakovanými měřeními.

Mimo jiné je limitací výzkumu také fakt, že pro vyhodnocování dat byly použity pouze kompletní odpovědi zkoumaných otázek, což vedlo k výraznému zmenšení původního výzkumného vzorku, který nicméně zůstává poměrně rozsáhlý pro potřeby kvantitativního řešení (Čadová & AVČR, 2019).

Též je nutné zmínit, že tato data reflektují tehdejší situaci akademické obce, která se nacházela v době probíhající pandemie COVID-19. Získaná data tedy vyobrazují, jak se vysokoškolští pedagogové cítili právě v tomto období, nikoli, jak se cítí nyní (roce 2024), kdy je pandemie již tématem minulosti.

Závěr

Akademická práce prozkoumala souvislost stresu a subjektivně vnímané časové náročnosti práce u vysokoškolských pedagogů v době pandemie COVID-19 v České republice. Teoretická část práce se zaměřila na významné změny, které pandemie přinesla do akademického prostředí, a to nejen z hlediska metod výuky, práce pedagoga, ale primárně též vlivu těchto změn na duševní zdraví a pohodu pedagogů. Teoretická část, věnovala pozornost nejvýraznějším psychologickým oblastem, v rámci duševního zdraví pedagogů během pandemie COVID-19, jakými byly úzkost, deprese a primárně stres. Ten byl rozebrán na jednotlivé složky s důrazem na pracovní stres, který souvisí s pracovní zátěží. Akademická práce se věnovala nejen souvislosti stresu a pracovní zátěži, ale též podrobně rozebrala jednotlivé modifikující faktory, kterými byly pohlaví, věková kategorie a kategorie délky praxe.

Praktická část této akademické práce byla realizována kvantitativním metodologickým postupem a pro sběr dat byl využit kvantitativní standardizovaný dotazník. Hlavním cílem této práce bylo analyzovat souvislost mezi vnímaným stresem, časovou náročností práce a modifikujícími faktory jako pohlaví, věková kategorie, délka praxe, a to skrze data získaná dotazníkovým šetřením.

Stěžejním výsledkem bylo potvrzení souvislosti mezi stresem a pracovní zátěží mezi vysokoškolskými pedagogy v době pandemie COVID-19 v České republice. Dílčími výsledky bylo rozpracování dalších oblastí, které se týkají stresu a souvisí s ním. Statistické měření potvrdilo souvislost mezi stresem a modifikujícími faktory, kterými byly pohlaví, věková kategorie a délka praxe. Nicméně v případě typu školy se souvislost se stresem nepotvrdila.

Dílčí hypotézy se mnohdy rozcházel s literární rešerší a předběžným pozorováním. Pozoruhodné výsledky však často nebyly ojedinělé a v kontextu jiných studií se také objevovaly jisté odchylky od očekávaných výsledků v těchto proměnných. Tato skutečnost poukazuje na fakt, že v případě modifikujících faktorů je zásadní kontext, ve kterém jsou měřeny, jako byl například stav, ve kterém se populace aktuálně nacházela, kulturní kontext, nebo prostředí, ve kterém respondenti pracují.

Nicméně tyto odchylky od očekávaných výsledků otevírají nová výzkumná témata, která by mohla být podrobena výzkumnému bádání. Pandemie COVID-19 je již sice minulostí, ale její následky byly, a mnohdy jsou, v populaci do dnešních dní. Jak ukazuje tato bakalářská práce, existují stále oblasti, které zůstaly, v kontextu pandemie COVID-19, neprozkoumány.

Reference

- Akoglu, H. (2018). User's guide to correlation coefficients. *Turkish Journal of Emergency Medicine, 18*(3), 91–93. <https://doi.org/10.1016/j.tjem.2018.08.001>
- Armstrong, M. (2021). *2020 was a record year for feeling stressed at work*. World Economic Forum. <https://www.weforum.org/agenda/2021/12/employees-stress-mental-health-workplace-environment/>
- Barvík, P. (2021, květen 19). *Nejnáročnější řemesla? Největšími dřiči jsou kameníci, tesaři a skláři*. Národní ústav lidové kultury. <https://www.nulk.cz/2021/05/19/nejnarocnejsi-remesla-nejvetsimi-drici-jsou-kamenici-tesari-a-sklari/>
- Blatný, M., Jelínek, M., & Květon, P. (Ed.). (2021). Sociální procesy a osobnost 2020, sborník příspěvků z mezinárodní konference. In *Sborník příspěvků z mezinárodní konference*. Masarykova univerzita. <https://www.spaou.eu/files/spo-proceedings20.pdf>
- COVID - 19 Dashboard*. (2023). Johns Hopkins Coronavirus Resource Center. <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>
- COVID-19: Základní informace*. (2024, duben 22). Národní zdravotnický informační portál. <https://www.nzip.cz/kategorie/227-covid-19-zakladni-informace>
- Čadová, N., & AVČR, C. pro výzkum veřejného mínění. (2019). *Je 1000 respondentů dost*. Centrum pro výzkum veřejného mínění (CVVM). <https://cvvm.soc.cas.cz/cz/cvvm/caste-dotazy/4577-je-1000-respondentu-dost>
- Facová, V., & Orel, M. (2009). *Člověk, jeho mozek a svět*. Grada.
- Fields, E. C., Kensinger, E. A., Garcia, S. M., Ford, J. H., & Cunningham, T. J. (2022). With age comes well-being: Older age associated with lower stress, negative affect, and depression throughout the COVID-19 pandemic. *Aging & Mental Health, 26*(10), 2071–2079. <https://doi.org/10.1080/13607863.2021.2010183>
- Figalová, N. (2019). *PŘEKLAD A PSYCHOMETRICKÉ VLASTNOSTI ČESKÉ VERZE ŠKÁLY VNÍMANÉHO STRESU* [Diplomová práce, Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta]. <https://theses.cz/id/50ievv/>

Flesia, L., Adeeb, M., Waseem, A., Helmy, M., & Monaro, M. (2023). Psychological Distress Related to the COVID-19 Pandemic: The Protective Role of Hope. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(1), 67–80.

<https://doi.org/10.3390/ejihpe13010005>

Honzák, R., & Novotná, V. (2021). *Krise v životě, život v krizi*. Road , Universum (ČR).

Humpel, N., & Caputi, P. (2001). Exploring the relationship between work stress, years of experience and emotional competency using a sample of Australian mental health nurses. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 8(5), 399–403.

<https://doi.org/10.1046/j.1365-2850.2001.00409.x>

Huremović, D. (2019). Brief History of Pandemics (Pandemics Throughout History).

Psychiatry of Pandemics. https://doi.org/10.1007/978-3-030-15346-5_2

Jung, F. U., Pabst, A., Rodriguez, F. S., Luppá, M., Engel, C., Kirsten, T., Witte, V., Reyes, N., Loeffler, M., Villringer, A., & Riedel-Heller, S. G. (2023). Perceived stress of mental demands at work, objective stress and resilience – an analysis of the LIFE-Adult-study.

Journal of Occupational Medicine and Toxicology, 18(1), 20. <https://doi.org/10.1186/s12995-023-00388-0>

Karsten, H. (2006). *Ženy – muži* (P. Babka, Přel.). Portál.

Kennedy, D. (1999). *Academic duty*. Harvard University Press.

Komenda, M., Panoška, P., Bulhart, V., Žofka, J., Brauner, T., Hak, J., Jarkovský, J., Mužik, J., Blaha, M., Kubát, J., Klimeš, D., Langhammer, P., Daňková, Š., Májek, O., Bartůňková, M., & Dušek, L. (2024, duben 22). *COVID-19: Přehled aktuální situace v ČR. Onemocnění aktuálně*. Ministerstvo zdravotnictví ČR. <https://onemocneni-aktualne.mzcr.cz/covid-19>

Kristensen, T. S., Hannerz, H., Høgh, A., & Borg, V. (2005). The Copenhagen Psychosocial Questionnaire—A tool for the assessment and improvement of the psychosocial work environment. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 31(6), 438–449.

<https://doi.org/10.5271/sjweh.948>

Křivohlavý, J. (1994). *Jak zvládat stres*. Grada.

Křivohlavý, J. (2009). *Psychologie zdraví*. Portál.

Kudrnáčová, M., Klusáček, J., & Soukup, P. (2023). *TI_CSDA00322.pdf*.

<https://doi.org/10.14473/CSDA/NCKCXO/MW4C2I>

Leka, S., Griffiths, A., & Cox, T. (Ed.). (2003). *Work organisation and stress: Systematic problem approaches for employers, managers and trade union representatives*.

<https://www.who.int/publications-detail-redirect/9241590475>

Martin, M., Grunendahl, M., & Martin, P. (2001). Age Differences in Stress, Social Resources, and Well-Being in Middle and Older Age. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 56(4), P214–P222.

<https://doi.org/10.1093/geronb/56.4.P214>

Martini, M., Gazzaniga, V., Bragazzi, N. L., & Barberis, I. (2019). The Spanish Influenza Pandemic: A lesson from the history 100 years after 1918. *Journal of Preventive Medicine and Hygiene*, Vol 60, E64 Pages. <https://doi.org/10.15167/2421-4248/JPMH2019.60.1.1205>

Matoušek, O. (2016). *PRACOVNÍ STRES A ZDRAVÍ* (druhé). Výzkumný ústav bezpečnosti práce, v.v.i. <https://vubp.cz/soubory/produkty/publikace-ke-stazeni/pracovni-stres-a-zdravi.pdf>

Navarro-Espinosa, J. A., Vaquero-Abellán, M., Perea-Moreno, A.-J., Pedrós-Pérez, G., Aparicio-Martínez, P., & Martínez-Jiménez, M. P. (2021). The Influence of Technology on Mental Well-Being of STEM Teachers at University Level: COVID-19 as a Stressor. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9605.

<https://doi.org/10.3390/ijerph18189605>

Nolen-Hoeksema, S., & Antonínová, H. (2012). *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda* (Vyd. 3., přeprac). Portál.

Ocisková, M., & Praško, J. (2017). *Generalizovaná úzkostná porucha v klinické praxi* (1.). Grada.

Özgür, H. (2020). Relationships between teachers' technostress, technological pedagogical content knowledge (TPACK), school support and demographic variables: A structural equation modeling. *Computers in Human Behavior*, 112, 106468.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106468>

Parlangeli, O., Palmitesta, P., Bracci, M., Marchigiani, E., Di Pomponio, I., & Guidi, S. (2022). University Teachers During the First Lockdown Due to SARS-CoV-2 in Italy: Stress, Issues and Perceptions of Misconduct. *Science and Engineering Ethics*, 28(1), 9.

<https://doi.org/10.1007/s11948-022-00362-9>

- Pešavová, T. (2015). *Fyzická vyčerpání sestry na chirurgické klinice* [Bakalářská práce, Univerzita Pardubice, Fakulta zdravotnických studií]. <https://theses.cz/id/sx128x/>
- Podolská, V. (2021). *Studium v době koronavirové krize očima vysokoškolských studentů* [Masarykova univerzita, Filozofická fakulta]. <https://is.muni.cz/th/qw1xn/>
- Praško, J., Prašková, J., & Vyskočilová, J. (2012). *Úzkost a obavy* (1.). Portál. <https://www.databazeknih.cz/knihy/uzkost-a-obavy-191492>
- Saravanan, K., & Muthu Lakshmi, K. (2017). A Study on Occupational Stress among Teachers of Higher Secondary Schools in Nagappattinam District. *Journal of Teacher Education and Research*, 12(2), 144. <https://doi.org/10.5958/2454-1664.2017.00017.9>
- Selye, H. (2016). *Selye, Hans: Stres života*. Pragma. <https://search.mlp.cz/cz/titul/stres-zivota/4238102/>
- Schreiber, V. (1992). *Lidský stres* (1. vyd). Academia.
- Silva, D. F. O., Cobucci, R. N., Lima, S. C. V. C., & De Andrade, F. B. (2021). Prevalence of anxiety, depression, and stress among teachers during the COVID-19 pandemic: A PRISMA-compliant systematic review. *Medicine*, 100(44), e27684. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000027684>
- Slišković, A., & Seršić, D. (2011). Work Stress Among University Teachers: Gender and Position Differences. *Archives of Industrial Hygiene and Toxicology*, 62(4), 299–307. <https://doi.org/10.2478/10004-1254-62-2011-2135>
- Stres na pracovišti. Řízení stresu a psychosociálních rizik*. (2019). CRDR-Bezpečnost a ochrana zdraví při práci. <https://www.bozp.cz/aktuality/stres-na-pracovisti/>
- Symonds, C. (2023, červen 15). Managing time anxiety at work: Tips and strategies. *Factorial*. <https://factorialhr.com/blog/time-anxiety/>
- Tanifuji, T., Mouri, K., Yamamoto, Y., & Aoyama, S. (2023). Psychological Distress among University Staff before and during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2208. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032208>
- Tesi, A., Aiello, A., & Giannetti, E. (2019). The work-related well-being of social workers: Framing job demands, psychological well-being, and work engagement. *Journal of Social Work*, 19(1), 121–141. <https://doi.org/10.1177/1468017318757397>

Vymětal, J. (2004). *Úzkost a strach u dětí*. Portál.

Witkin, G. (2009). *Jak přežít stres—Průvodce pro muže*. Práh.

<https://www.databazeknih.cz/knihy/jak-prezit-stres-pruvodce-pro-muze-90830>

Wojtera, B., Singh, N., Iankovitch, S., Post, L., Ahmed, A. A., & Abouzid, M. (2022). Changes in psychological distress among Polish medical university teachers during the COVID-19 pandemic. *PLOS ONE*, *17*(12), e0278311.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0278311>

Work Design Principle #2: Tame Excessive Work Demands. (2021). Harvard and MIT Research-for-Action Initiative. <https://workwellbeinginitiative.org/module-3-improving-workplace-social-relationships>

Yogisutanti, G., Aditya, H., Sihombing, R., & Suhat. (2020). Relationship Between Work Stress, Age, Length of Working and Subjective Fatigue Among Workers in Production Department of Textiles Factory. *Proceedings of the 4th International Symposium on Health Research (ISHR 2019)*. 4th International Symposium on Health Research (ISHR 2019), Bali, Indonesia. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200215.014>

Zheng, M., Asif, M., Tufail, M. S., Naseer, S., Khokhar, S. G., Chen, X., & Naveed, R. T. (2022). COVID Academic Pandemic: Techno Stress Faced by Teaching Staff for Online Academic Activities. *Frontiers in Psychology*, *13*, 895371.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.895371>

Seznam příloh

Příloha č.1	60
Příloha č.2	60
Příloha č.3	61
Příloha č.4	61
Příloha č.5	62
Příloha č.6	62
Příloha č.7	62
Příloha č.8	63
Příloha č.9	63

Přílohy



Michaela Kudrnáčová <kudrnacova.m@gmail.com>

komu: mně, petr.soukup, jan.klusacek

pá 14. 7. 2023 9:59 ☆ ☺ ↶ ⋮

Dobré dopoledne, milý kolego,

rádi slyšíme, že je o data zájem. Vzhledem k tomu, že samotný sběr dat proběhl už na začátku roku 2021, není potřeba se nás ptát, zda je možné data využít. Pokud Vás zaujala a máte pro ně využití, tak máme radost a Vaše rozhodnutí podporujeme. Větší část dat, okleštěná o některé citlivé nebo potenciálně identifikační otázky, je už několik měsíců veřejně dostupná ke stažení spolu s dotazníkem v českém a anglickém jazyce. Kromě toho data obsahují i technickou dokumentaci s informacemi ohledně sběru, etickým souhlasu a dalšími podrobnostmi, které je vhodné mít a v případě akademické práce (bakalářské, magisterské, článku, ...) popsat. Je tam také doporučená formulace citace. Vše je dostupné zde: <https://archivdy.soc.cas.cz/dataset.xhtml?persistentId=doi:10.14473/CSDA/NCKCKXQ>

Co se týče toho, zda dané otázky už byly nebo nebyly zpracované, s tím Vám, bohužel, nepomůžu. Doporučuji Google Scholar a vyhledávání daných škál přímo podle jejich názvu. Ačkoli my sami data používáme a publikujeme z nich, nemůžeme mluvit za celé konsorcium psychologů a nevíme, které a zda vůbec některé otázky využívají k analýzám a publikacím oni.

Co se týče citace, výše jsem Vám napsala, že na místě, kde je dataset ke stažení, naleznete i nějakou doporučenou citaci toho samotného datasetu. Vámi navrhovaná je nicméně o něco přesnější (ačkoli projekt nebyl přímo UNICOVID, šlo spíše o takový krycí název). Klidně použijte tu. Jen bych doporučila pro transparentnost připsat identifikátor DOI datového souboru: <https://doi.org/10.14473/CSDA/NCKCKXQ>. Podporujeme FAIR a open science a vždy rádi vidíme, když se (jakákoli) data citují a lze si je tak snadno dohledat a transparentně analyzovat.

Snad Vám to takto stačí. Kdybyste měl ještě nějaké otázky, prosím, neváhejte se obrátit klidně přímo na mě.

Hezký zbytek dne,
Michaela Kudrnáčová

po 10. 7. 2023 v 13:58 odesílatel Matěj Hajský <matej.hajsky201@gmail.com> napsal:

Příloha č.1

Souhlas s využitím dat výzkumu AV ČR

15. 6. 2021

LimeSurvey Sociologický ústav AV ČR, v. v. i. - Vysokoškolský pedagogové během pandemie 1.1

Vysokoškolský pedagogové během pandemie 1.1

Vítejte!

V loňském roce Sociologický ústav AV ČR a Fakulta sociálních věd UK mapovaly životní a studijní situace studentů. Na tuto aktivitu navazuje současná studie, kterou zajišťuje výzkumné konsorcium odborníků z řad psychologů a sociologů z několika vysokých škol v ČR. Cílem studie je zmapovat současnou situaci jak studentů, tak i pedagogů vysokých škol. Vaše odpovědi poslouží také jako anonymní zpětná vazba pro vedení univerzity a fakulty, kde pracujete.

Kromě toho, že dílčí výsledky loňské studie byly poskytnuty všem zapojeným univerzitám, byla vydána i tisková zpráva (<https://www.soc.cas.cz/aktualita/vysokoskolsti-studenti-behem-prvni-vlny-pandemie-koronaviru>).

Prosíme Vás o vyplnění dotazníku, který zabere zhruba 15 minut. Vyplňování můžete kdykoli v jeho průběhu ukončit, účast je dobrovolná. Vaše identita bude skryta, šetření je anonymní.

Průzkum obsahuje 65 otázek.

Sociodemografické informace

Nejprve bychom se rádi dozvěděli několik základních informací o Vás a o tom, kde pracujete.

Jakého jste pohlaví?

Prosím zvolte **pouze jednu** z následujících možností:

Žena

Muž

Příloha č.2

Dotazník, Q1, pohlaví

Uveďte prosím, do jaké kategorie patří váš věk

● Zvolte jednu z následujících odpovědí

Prosím zvolte **pouze jednu** z následujících možností:

- do 29 let
- 30-39
- 40-49
- 50-59
- 60-69
- 70 a více

Příloha č.3

Dotazník, Q2, věková kategorie

Na které vysoké škole v České republice působíte?

● Zvolte jednu z následujících odpovědí

Prosím zvolte **pouze jednu** z následujících možností:

- Česká zemědělská univerzita (ČZU)
- Mendelova univerzita v Brně (MENDELU)
- Univerzita Karlova (UK)
- Vysoká škola ekonomická v Praze (VŠE)
- Univerzita Hradec Králové (UHK)
- Univerzita Palackého (UPOL)
- Univerzita Tomáše Bati (UTB)
- České vysoké učení technické v Praze (ČVUT)
- Vysoká škola chemicko-technologická v Praze (VŠCHT)
- Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích (JU)
- Univerzita Pardubice (UPa)
- Policejní akademie ČR (PA ČR)
- Univerzita obrany (UO)
- Anglo-American University (AAU)
- Vysoká škola PRIGO
- University of New York in Prague (UNYP)
- Vysoká škola finanční a správní (VŠFS)
- Univerzita Jana Amose Komenského (UJAK)
- Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra
- Pražská vysoká škola psychosociálních studií (PVŠPS)
- Vysoká škola technická a ekonomická v Českých Budějovicích (VŠTE)
- Vysoká škola evropských a regionálních studií
- Vysoká škola zdravotnická, o. p. s.
- Vysoká škola ekonomie a managementu
- Akademie výtvarných umění
- Janáčkova akademie múzických umění

<https://lm1.soc.cas.cz/index.php/admin/printablesurvey/sa/index/surveyid/567693/lang/cs>

- Jiné

Příloha č.4

Dotazník, Q3, vysoká škola působnosti

Kolik let na této VŠ působíte? (Nepočítejte období, kdy jste byl(a) na mateřské či rodičovské dovolené a nepracoval(a) jste.)

● Zvolte jednu z následujících odpovědí

Prosím zvolte **pouze jednu** z následujících možností:

- Méně než 1 rok
- 1-2 roky
- 3-5 let
- 6-10 let
- 11-20 let
- Déle než 20 let

Příloha č.5

Dotazník, Q6, kategorie délky praxe

15. 6. 2021

LimeSurvey Sociologický ústav AV ČR, v. v. i. - Vysokoškolská pedagogové během pandemie 1.1

Jaká je Vaše současná pozice na pracovišti?

● Zvolte jednu z následujících odpovědí

Prosím zvolte **pouze jednu** z následujících možností:

- PhD student/ka
- Postdoc
- Výzkumný pracovník/ce
- Lektor/ka
- Odborný asistent/ka
- Docent/ka
- Profesor/ka

Jiné

Příloha č.6

Dotazník, Q7, pozice působnosti

Následující otázky se týkají toho, jak jste se cítil(a) během posledních 4 týdnů.

Prosím zvolte vhodnou odpověď pro každou z položek:

	Pořád	Většinu této doby	Část této doby	Malou část této doby	Vůbec
Jak často jste měl(a) problém se uvolnit?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jak často jste se cítil(a) podrážděně?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jak často jste cítil(a) napětí?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jak často jste byl(a) ve stresu?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Příloha č.7

Dotazník, Q23_a-Q23_d, otázky týkající se stresu

Následující výroky se týkají pracovní zátěže.

Prosím zvolte vhodnou odpověď pro každou z položek:

	Vždy	Často	Někdy	Zřídka	Nikdy/Velmi výjimečně
Je Vaše práce nerovnoměrně rozložena, takže se hromadí?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jak často se Vám stává, že nemáte čas splnit všechny své pracovní úkoly?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Stává se Vám, že se opoždíte se svou prací?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Máte dost času na své pracovní úkoly?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Příloha č.8

Dotazník, Q25b_a-Q25b_d, otázky týkající se časové náročnosti práce



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Tato práce vznikla za podpory projektu „Kreativita a adaptabilita jako předpoklad úspěchu Evropy v propojeném světě“, reg. č.: CZ.02.1.01/0.0/0.0/16_019/0000734, financovaného z Evropského fondu pro regionální rozvoj.

Organizační klima, soupeřící hodnoty a „well-being“ v práci / Organizational climate, competing values and employee well-being

Kateřina Zábrodská, Jiří Mudrák, Kateřina Machovcová, Kateřina Cidlinská
Filozofická fakulta Univerzity Karlovy, Psychologický ústav AV ČR, v.v.i.

Teoretický rámec: Organizační klima a kultura představují koncepty umožňující lépe porozumět vztahu mezi pracovním prostředím a „well-being“ zaměstnanců. V příspěvku prezentujeme výzkumný projekt, který se zaměřoval na organizační kulturu na akademických pracovištích a jejich vztah s pracovním „well-being“.

Ve výzkumu jsme vycházeli z „modelu soupeřících hodnot“ (Cameron & Quinn, 2011), který dělí organizační kulturu čtyř typů na základě dimenzí flexibilita-kontrola a vnitřní-venější orientace. Organizační klima představuje „manifestaci hlubších vrstev organizační kultury.“

Předpokládáme, že akademická pracoviště mohou adoptovat aspekty různých systémů akademického řízení (Dobbins, 2011), díky čemuž se blíží k jednému z těchto čtyř typů organizačních kultur. V rámci teorie pracovních nároků- zdrojů (Bakker & Demerouti, 2014) jsme předpokládali, že přítelnost k těmto čtyřem typům bude souviset s různým pracovním well-being v vnímaném pracovním prostředí.

Vzorek (n=229)	
Pohlaví	Muži 57,1% Ženy 42,9%
Obor	Humanitní/ Sociální 44,3% Přírodní 31,8% Technické 23,8%
Podpora	PhD/psdloc 17,0% Odborný as. 59,0% Doc./ prof. 24,0%

Design výzkumu: Byl použit smíšený výzkumný design zahrnující rozsáhlou dotazníkovou studii (n=229) a hloubkové rozhovory s akademickými pracovníky českých veřejných VŠ (n=120). Dotazníková data byla analyzována pomocí k-means shlukové analýzy a rozhovory pomocí tematické analýzy.

Použité nástroje: Organizational Climate Measure měří 4 dimenze modelu soupeřících hodnot (Cameron & Quinn, 2011; Patterson et al., 2005). Copenhagen Psychosocial Questionnaire II (COPSOQ II, Kristensen et al., 2005) měří hlavní aspekty pracovního prostředí.



Srovnání vnímaného pracovního prostředí a pracovního well-being mezi jednotlivými klastry

	SK (39%)	KOL (25%)	VÝK (18%)	FRA (17%)	n
Pracovní spokojenost	3.04 ¹²⁴	2.71 ¹³⁴	2.63 ¹¹⁴	2.30 ¹¹⁴	23
Stres	2.41 ¹²⁴	2.61 ¹³⁴	2.95 ¹²⁴	2.97 ¹²⁴	09
Prac. zátěž	5.32 ¹²⁴	4.83 ¹³⁴	4.78 ¹¹⁴	4.53 ¹¹⁴	09
Pracovní zátěž	2.82 ¹²⁴	2.99 ¹³⁴	3.28 ¹²⁴	3.07 ¹²⁴	05
Konflikt práce-rodina	2.69 ¹²⁴	2.67 ¹³⁴	3.14 ¹²⁴	2.92 ¹²⁴	05
Konflikty	1.59 ¹²⁴	1.83 ¹³⁴	2.02 ¹²⁴	2.25 ¹²⁴	08
Vliv na práci	3.73 ¹²⁴	3.46 ¹³⁴	3.1 ¹²⁴	3.00 ¹²⁴	14
Kvalita vedení	3.70 ¹²⁴	2.9 ¹³⁴	2.79 ¹²⁴	2.05 ¹²⁴	35
Podpora vedoucího	3.72 ¹²⁴	3.04 ¹³⁴	2.95 ¹²⁴	2.24 ¹²⁴	27
Uznání	3.72 ¹²⁴	3.15 ¹³⁴	2.90 ¹²⁴	2.32 ¹²⁴	33
Uznání role	4.22 ¹²⁴	3.71 ¹³⁴	3.69 ¹²⁴	3.34 ¹²⁴	17
Pracovní komunita	4.25 ¹²⁴	3.76 ¹³⁴	3.76 ¹²⁴	3.21 ¹²⁴	20

Výsledky tematické analýzy: hlavní charakteristiky organizačních kultur na akademických pracovištích

- | | |
|--|---|
| <p>Flexibilita</p> <p>1. SEBEAKTUALIZUJÍCÍ</p> <ul style="list-style-type: none"> Mix kolegiální a výkonové Důraz na produktivitu i vztahy Vedoucí jako kolega i manažer <p>Vnější orientace</p> <p>3. VÝKONOVÁ</p> <ul style="list-style-type: none"> Akademický kapitalismus Produktivita jako kritérium Důraz na rozvoj lidského kapitálu Vedoucí jako manažer | <p>2. KOLEGIÁLNÍ</p> <ul style="list-style-type: none"> Sebe-determinace a autonomie Objev jako kritérium Vedoucí jako kolega <p>Vnitřní orientace</p> <p>4. FRATERNITNÍ</p> <ul style="list-style-type: none"> Pokrdání pracovním výkonem Rigidní sociální normy a hierarchie vymocované senioriturní pracovníky |
|--|---|
- Kontrola**

Výsledky a diskuse: Různorodost akademických kultur vychází ze způsobů vládnutí přítomných v národním kontextu. Nejpříznivější akademické kultury zahrnovaly aspekty vnitřní a vnější orientace a vysoké flexibility. Předpokládáme, že tyto kultury vycházejí z modelu akademické samosprávy a objektivního se market modelu.

S ohledem na „well-being“ v práci a vnímané pracovní prostředí se akademické kultury lišily především v dimenzi kontroly. Výkonová kultura souvisela s nevyššími pracovními nároky a fraternitní kultura vykazovala nejnižší hodnoty v ostatních proměnných pracovního prostředí a well-being. Předpokládáme, že fraternitní kultura navazuje na post/komunistický systém akademického vládnutí.

Mezi jednotlivými organizačními kulturami/ typy klimatu nejvíce rozlišovaly proměnné spojené s akademickým vedením, což naznačuje že akademické vedení představuje jeden z klíčových problémů českého vysokého školství. Dominujeme se, že snaha o transformaci akademických pracovišť by měla brát v úvahu proměny akademických kultur, jejich vztah s akademickým vedením a jejich dopady na well-being akademických pracovníků.

Reference:
Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2014). Job demands-resources theory. In Cooper, C. & Chen, P. *Wellbeing: A Complete Reference Guide*. (pp.37-64). Chichester, UK: Wiley-Blackwell.
Cameron, K. S., & Quinn, R. E. (2011). *Diagnosing and changing organizational culture: Based on the competing values framework*. San Francisco: Wiley.
Dobbins, M. (2011). *Higher education policies in Central and Eastern Europe: Convergence towards a common model?*. New York: Palgrave Macmillan.
Kristensen, T. S., Hansen, H., Hagh, A., & Borg, V. (2009). The Copenhagen Psychosocial Questionnaire: A tool for the assessment and improvement of the psychosocial work environment. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 35(6), 438-449.
Machovcová, K., Zábrodská, K., & Mudrák, J. (2018). Department heads negotiating emerging managerialism: The Central Eastern European context. *Educational Management Administration & Leadership*, 47(6), 752-770.
Mudrák, J., Zábrodská, K., & Machovcová, K. (2018). Occupational well-being among university faculty: A job demands-resources model. *Research in Higher Education*, 59(3), 325-348.
Patterson, M. G., West, M. A., Shackleton, V. J., Dawson, J. F., Llewellyn, R., Maritz, S., ... & Wallace, A. M. (2005). Validating the organizational climate measure: links to managerial practices, productivity and innovation. *Journal of Organizational Behavior*, 26(4), 379-408.
Zábrodská, K., Mudrák, J., Šaloun, I., Kufner, P., Běšný, M., & Machovcová, K. (2018). Burnout among university faculty: The central role of work-family conflict. *Educational Psychology*, 38(6), 800-815.

Příloha č.9

Organizační klima, soupeřící hodnoty a „well-being“ v práci, Zábrodská

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno a příjmení autora/ky: Matěj Hajský

Studijní program: Psychologie, prezenční forma studia

Název práce: Souvislost stresu a subjektivně vnímané náročnosti práce u vysokoškolských pedagogů v době pandemie covidu-19.

Vedoucí práce: PhDr. Hana Georgi, Ph.D.

Rok dokončení práce: 2024

Počty znaků hlavního textu práce (včetně literatury, bez příloh)

Přímé citace: 958 (bez mezer), 1117 (včetně mezer)

Ostatní text: 80128 (bez mezer), 92686 (včetně mezer)

Celkový počet znaků: 81 086 (bez mezer), 93 803 (včetně mezer)

Počet pramenů a literatury: 49

Názvy souborů: Bakalarska_prace-Matej_Hajsky

Text práce ve formátu PDF: Bakalarska_prace-Matej_Hajsky_PDF.pdf

Text práce ve formátu DOC nebo DOCX: Bakalarska_prace-Matej_Hajsky_DOCX.docx

Další soubory:

**Posudek vedoucího bakalářské práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta: Matěj Hajský

Studijní program: Bakalářský, psychologie

Název práce: Souvislost stresu a subjektivně vnímané náročnosti práce u vysokoškolských pedagogů v době pandemie covidu-19

Vedoucí práce: PhDr. Hana Georgi, Ph.D.

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh): 53

Počet stránek příloh: 4

Počet titulů v seznamu literatury: 49

Procento podobnosti z antiplagiátorského systému Theses:

8 %

Komentář k závěrům kontroly z Theses

Celkově shoda 8 %, s žádným pramenem nebyla shoda >2 %, nicméně by bylo vhodné citovat všechny zdroje, ze kterých byly převzaty části textu, a to včetně kvalifikačních prací či vlastních textů.

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Výběr tématu

Závažnost tématu

1				
---	--	--	--	--

Oborová přílehlavost tématu

1				
---	--	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

1				
---	--	--	--	--

Formální zpracování

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

1				
---	--	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	2			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	2			
--	---	--	--	--

Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

1				
---	--	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

1				
---	--	--	--	--

Využití praktických zkušeností

1				
---	--	--	--	--

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Obsahová kritéria a přínos práce

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

		2		
--	--	---	--	--

Naplnění cílů práce

	1			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	1			
--	---	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

		2		
--	--	---	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	1			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

	1			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Z jakého důvodu necitujete práci kolegů z Čech, která se jeví v kontextu Vaší práce jako významná?

Mudrak, J., Zabrodská, K., Kveton, P., Jelinek, M., Blatný, M., Solcova, I., & Machovcova, K. (2018). Occupational Well-being Among University Faculty: A Job Demands-Resources Model. *Research in Higher Education*, 59(3), 325–348. <https://doi.org/10.1007/s11162-017-9467-x> ?

Mohl byste diskutovat jejich studii ve vztahu k Vaší?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Práce splňuje požadavky kladené na bakalářskou práci.

Návaznost kapitol v teoretické části by měla být více propracovaná, kapitoly by na sebe měly lépe logicky navazovat.

Popisky grafů a obrázků mají být před samotným objektem. U některých grafů není zřetelné, co zobrazují.

Seznam literatury by bylo vhodné sjednotit, co se týče formátu, a dbát pečlivěji na soulad s normou APA 7th. Např. citace sborníkového příspěvku měla být:

Zábrodská, K., Mudrák, J., Machovcová, K., & Cidlinská, K. (2020). Organizační klima, soupeřící hodnoty a well-being v práci. In M. Blatný, P. Květoň, & M. Jelínek (Eds.), *Sociální procesy a osobnost 2020: Sborník příspěvků z mezinárodní konference* (pp. 229–234). Masarykova univerzita. <https://www.spao.eu/files/spo-proceedings20.pdf>

V textu je řada překlepů, a i gramatické chyby.

Kladem práce je zpracování dosud nepublikovaných reálných dat na početném souboru a kapitola diskuze.

Vhodné by bylo text přepracovat do formátu odborného článku a publikovat v recenzovaném odborném časopise.

Doporučení k obhajobě: doporučuji

Navrhovaná klasifikace: výborně



Datum, podpis: 24.4.2024

**Posudek oponenta bakalářské práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Matěj Hajský
Studijní program: Psychologie
Název práce: Souvislost stresu a subjektivně vnímané náročnosti práce u vysokoškolských pedagogů v době pandemie covidu-19.
Vedoucí práce: PhDr. Hana Georgi, Ph.D.
Oponent práce: Mgr Melisa Schneiderová

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh):

Počet stránek příloh:

Počet titulů v seznamu literatury:

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Výběr tématu

Závažnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Oborová příslušnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	x			
--	---	--	--	--

Formální zpracování

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

		x		
--	--	---	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

		x		
--	--	---	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

		x		
--	--	---	--	--

Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

x				
---	--	--	--	--

Obsahová kritéria a přínos práce

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

x				
---	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Vyváženost teoretické a praktické části
v daném tématu

		x		
--	--	---	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

		x		
--	--	---	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost
výsledků v praxi

	x			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce
(publikace, referáty, apod.)

	x			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Proč autor pojmenoval kapitolu 4 v praktické části „cíl výzkumu“?
Námět k diskusi: Jak autor vysvětluje zjištění, že muži prožívají vyšší míru stresu než ženy?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Bakalářská práce se zabývá souvislostí mezi stresem a subjektivně vnímané náročnosti práce u vysokoškolských pedagogů v době pandemie covidu-19.

Klady:

Autor práce se v teoretické části snaží o shrnutí relevantní literatury a podložení teoretických východisek práce na základě výzkumů. Práce má jasně stanovené hypotézy. Oceňuji, že autor před analýzou provedl kontrolu dat. Diskuze práce je zpracována věcně a autor v ní adekvátně diskutuje dosažené výsledky a limity práce.

Nedostatky:

Chybí logické propojení a návaznost kapitol. Některé informace se v textu opakují. Taktéž se v textu opakovaně objevují gramatické chyby a překlepy. Citace v textu nejsou sjednoceny a v některých případech neodpovídají citační normě APA 7.

Předložená práce splňuje nároky kladené na bakalářskou práci. Nicméně práce obsahuje několik nedostatků zvláště po formální a obsahové stránce. Z toho důvodu nemohu práci přímo hodnotit jako výbornou.

Doporučení k obhajobě: doporučuji

Navrhovaná klasifikace: výborně/velmi dobře (na základě obhajoby)

Datum, podpis: 2.5.2024

